

Frisch gekocht
Freitag, 25. November 2016



Rezept von Alexander Fankhauser

Kalbssteak auf Bergkäsepolenta mit Schmelztomaten



25 Minuten/ aufwendig

Zutaten für 4 Personen

600 g Kalbsrücken-Steaks, Salz, Pfeffer, Öl und Butter zum Braten, 100 g Polenta, 60 g Vorarlberger Bergkäse (gerieben), 1 EL Crème fraîche, 250 ml Milch; 12 Kirschtomaten, Olivenöl, 1 EL Tomatenmark, 1/8 l Rindsuppe, Zucker

Zubereitung

Die Milch aufkochen und den Polentagrieß einrieseln lassen. Polenta weich dünsten, dann die Crème fraîche mit einem Schneebesen einrühren. Den geriebenen Bergkäse einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Fleisch in 4 Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne etwas Öl und Butter erhitzen, die Kalbssteaks darin beidseitig scharf anbraten. Bei mäßiger Hitze in 6 bis 7 Minuten zu einem rosa Fleischkern braten, dabei mehrmals wenden. Die Kalbssteaks nach dem Braten warm rasten lassen.

Die Kirschtomaten in Olivenöl schwenken, Tomatenmark zugeben und mit Rindsuppe aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Die gebratenen Kalbssteaks auf der Polenta anrichten und mit den Schmelztomaten servieren.