

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Kohlrabi a la Creme mit Kalbrückensteak **Koch: Toni Mörwald**

Zutaten

(4 Personen)

- 2 Kohlrabi
- ¼ L Obers
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss
- 150 g junge Erbsen
- 4 Kalbrückensteak a 160 g
- Olivenöl
- 1 EL Butter zum Braten
- Frische Gartenkräuter zum Dekorieren (hier Blutampfer & Minze)

Zubereitung

Kohlrabi in 1 cm große Würfel schneiden.

Nun in Obers mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss in einem Topf weich garen.

Nach etwa 10 Minuten die jungen Erbsen begeben.

Das Kalbrückensteak beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen, mit Olivenöl leicht einmassieren und in einer Pfanne mit etwas Butter an beiden Seiten anbraten.

Nun bei 200 Grad für 5 min. ins Rohr geben

Quelle: ORF extra

und mit dem austretenden Fett nappieren.

Kohlrabigemüse mit jungen Erbsen, Steak und diversen Gartenkräutern servieren.