



Zutaten für 2 Personen

400 g Kalbsrückensteak
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian

6 Riesengarnelen
etwas Zitronensaft
200 g Fettuccine

je 1 gelbe und orangene Paprikaschote
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
2 EL geschlagene Sahne
Olivenöl
100 g Keniabohnen
25 g Hummerpaste
200 ml Fischfond
2 EL Butter
Salz
Pfeffer
Cayennepfeffer



Kalbsrückensteak mit Scampis und Fettuccine an Paprikaschaum

Zubereitung

Das Kalbsrückensteak waschen, trockentupfen mit Rosmarin und Thymian vakuumieren und bei 60 °C für 45 Minuten ins Wasserbad legen.

Paprika waschen, entkernen und klein schneiden. Knoblauch und Schalotte abziehen, fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch mit der Schalotte glasig dünsten (etwas Knoblauch und Schalotte beiseite stellen – wird für die Riesengarnelen benötigt). Die geschnittene Paprikaschoten in die Pfanne geben und weitere 5 Minuten weitergaren. Fischfond angießen und die Hummerpaste unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und ca. 20 Minuten weichkochen. Sobald der Paprika weich ist, diesen mit einem Pürierstab pürieren. Durch ein Sieb streichen und warmhalten.

Bohnen waschen, die Enden etwas kürzen. Fettuccine in Salzwasser nach Packungsanleitung kochen. 5 Minuten bevor die Nudeln gar sind, die Bohnen zu den Nudeln geben und mitköcheln lassen. Beides abgießen, in eine Pfanne mit 2 EL geschmolzener Butter geben und kurz durchschwenken.

Riesengarnelen waschen, trocken tupfen halbieren und den Darm entfernen. Öl in einer Pfanne erhitzen, den Rest Knoblauch und Schalotte kurz andünsten und die Scampis dazugeben. Kurz von beiden Seiten anbraten und mit ein paar Spritzern Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Paprikaschaum mit 2 EL Sahne verfeinern und noch einmal kurz mit dem Pürierstab aufschlagen.

Das Kalbsrückensteak aus der Folie nehmen und ein paar Sekunden von beiden Seiten scharf anbraten. Fettuccine auf vorgewärmte Tellen geben. Mit Scampis, Kalbsrückensteak und Paprikaschaum anrichten und mit Basilikumblättchen garnieren.