



Spargel - Linguini und Carpacchio

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Modern, leicht - sommerlich, einfach lecker

Zutaten

- 500 g Kalbsrücken oder Rinderfilet, pariert, küchenfertig
- 150 g feine Bandnudeln / Linguini
- 4 - 5 dicke Stangen grüner oder auch weißer Spargel
- 50 g Butter
- 1 Schalotte, fein gewürfelt
- 2 El Weißweinessig
- ½ Tl Senf
- 4 El Olivenöl
- 75 ml Rinderbrühe, ersatzweise etwas Spargelwasser
- 1 El Honig
- ½ Zitronenschale in hauchdünnen Streifen / Zesten
- 1Tl Speisestärke mit etwas kaltem Wasser verrührt
- Je 2 Petersilien - , Kerbel - und Estragonzweige, gezupft
- Ca. 30 g Parmesanspäne zum garnieren

Zubereitungsart

Schritt1

Zunächst das Fleisch in eine Klarsichtfolie wickeln und 60 min. ins Tiefkühlfach legen.

Schritt2

Die Schalottenwürfel kurz in Olivenöl anschwitzen, mit dem Essig und der Rinderbrühe / Spargelwasser ablöschen. Den Honig und Senf zufügen, etwas einkochen lassen, salzen, pfeffern, ev. leicht mit etwas angerührter Speisestärke binden.

Schritt3

Erkalten lassen und die Kräuter zufügen.

Schritt4

Den weißen Spargel herkömmlich schälen, den Grünen, falls erforderlich im unteren Drittel. Die holzigen Enden kappen und in ganzer Länge auf einem Gemüsehobel in längliche Streifen schneiden.

Schritt5

Zeitgleich die Linguine ca. 1 min. in kochendes Salzwasser geben, bissfest“ garen, abschütten.

Schritt6

Die Zitronen Zesten in der Butter anschwitzen und die Spargelstreifen zufügen, ca. 1 min. angehen lassen.

Schritt7

Die Linguine und etwas Nudelwasser dazu geben, unter schwenken, salzen, pfeffern.

Schritt8

Anrichtevorschlag:

Schritt9

Das leicht angefrorene Fleisch auf der Aufschnittmaschine in möglichst dünne Scheiben schneiden und kreisrund - überlappend anrichten, salzen, pfeffern.

Schritt10

Die Spargel - Linguini mit einer Fleischgabel aufrollen und in die Mitte setzen und mit der Sauce beträufeln.

Schritt11

Mit gehobeltem Parmesan und Kräuterblättchen garnieren.

Rezeptart: Warme Vorspeisen **Tags:** kerbel, Linguini, parmesan, rinderfilet, spargel

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)619
- Fett (g)38
- KH (g)32
- Eiweiss (g)37
- Ballast (g)3

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spargel-linguini-und-carpacchio/>