

EDEKA  
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

★ PROFI REZEPT ★

# CHATEAUBRIAND

mit Sauce Béarnaise und zweierlei gebratenem Spargel



Dirk Luther



SCHWER



GESAMT ca. 5 STD. (aktiv 60 Min. / passiv 4 Std.)



4 PORTIONEN



# CHATEAUBRIAND

mit Sauce Béarnaise und zweierlei gebratenem Spargel

## ZUTATEN

### ORANGENSALZ

- 1 Bio-Orange
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL weiße Pfefferkörner
- 1 TL Chiliflocken
- 150 g Meersalzflocken

### FLEISCH

- 600 g Chateaubriand (doppeltes Steak aus dem Rinderfilet)
- 2 EL Rapsöl
- 2 EL Butter
- 2 Zweige Thymian

- 2 Zweige Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe, angedrückt

### REDUKTION

- 2 Pfefferkörner
- 3 Schalotten, in Würfel geschnitten
- 1 Zweig Estragon
- 2 EL Tafelessig

### BÉARNAISE

- 3 Eigelb
- 2 EL Weißwein
- Pfeffer aus der Mühle
- 600 g Butter
- Salz
- Zitronensaft
- 1 EL Estragon, fein geschnitten
- 1 EL Kerbel, fein geschnitten
- 10 EL Wasser

### SPARGEL

- 400 g grüner Spargel
- 400 g weißer Spargel
- Salz und Zucker
- 2 EL Rapsöl
- 3 EL Apfelessig
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Walnussöl
- 60 g getrocknete Cranberries
- 50 g Walnusskerne, grob gehackt
- 150 g Rote-Bete-Blätter
- 1 kleiner Kopfsalat
- Salz und Pfeffer



**ORANGENSALZ** Für das Orangensalz die Orange heiß abwaschen. Die Schale fein abreiben und danach die Orange auspressen. Lorbeerblätter und Pfefferkörner im Mörser fein zerstoßen und zusammen mit den Chiliflocken, dem Orangensaft und der Orangenschale zu dem Salz geben. Das Ganze gut mischen, dann auf einem mit Backpapier belegten Blech im Ofen (Umluft) bei 60 °C ca. 40 Minuten trocknen.

**FLEISCH** Den Backofen auf 100 °C (Umluft) vorheizen. Fleisch abbrausen und trocken tupfen. In einer Pfanne das Öl erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Nun das Fleisch auf ein Ofengitter legen, in den Ofen geben und ca. 45 Minuten garen. Kurz vor dem Servieren die Butter in eine Pfanne geben und aufschäumen lassen. Kräuter und Knoblauch hinzufügen, das Chateaubriand darin wenden. Bevor das Fleisch aufgeschnitten wird, sollte es mindestens 5 Minuten ruhen.

**BÉARNAISE** Für die Reduktion die Pfefferkörner zerdrücken und zusammen mit den Schalottenwürfeln, dem Estragon, dem Essig und dem Wasser zum Kochen bringen. Auf ein Drittel reduzieren, dann passieren.

Butter bei nicht zu großer Hitze zerlassen (Achtung: Durch zu hohe Temperatur entsteht Bratgeschmack). Die Eigelbe mit der Reduktion verrühren und über dem Wasserbad schaumig schlagen. Die Butter zuerst tropfenweise, dann etwas schneller unter die verdickte Eigelbmasse schlagen (wird die Butter zu rasch zugegeben, bindet die Masse nicht und kann gerinnen). Mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Kurz vor dem Servieren die fein geschnittenen Kräuter hinzufügen.

**SPARGEL** Vom Spargel die holzigen Ende abschneiden, weißen Spargel ganz, vom grünen Spargel nur das untere Drittel schälen. Kochendes Wasser mit Salz und Zucker abschmecken und den Spargel ca. 3 Minuten kochen. Herausheben, abschrecken und abtropfen lassen. Spargelstangen schräg halbieren. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und den Spargel bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten braten. Auf eine Servierplatte geben.

Den Apfelessig mit dem Oliven- und dem Walnussöl, den Beeren und den Walnusskernen mischen, über den Spargel geben und 10 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Blattsalate waschen und trocken schleudern. Kurz vor dem Servieren zu dem Spargel geben, alles miteinander mischen und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spargel- sowie die Blattsalate dekorativ auf vier Tellern anrichten. Das Chateaubriand in gleichmäßige Scheiben aufschneiden, mit dem Orangensalz würzen und dazulegen. Die Béarnaise separat servieren.

★ Das selbstgemachte Orangensalz lässt sich nach dem Trocknen in einem Glas mit Deckel aufbewahren.

**EDEKA**  
zuhausE

Unsere Empfehlung:

KOCHEN & BACKEN



★ Mit dem EDEKA zuhausE Kartoffelschäler lässt sich auch Spargel und anderes Gemüse problemlos schälen.