

# Kalbsbries und Garnelen auf gebratenem grünen und weißem Spargel

- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 30m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 60m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '60', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '30m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " });
```

Schick, leicht, edel, schnell. Prima auch als Vor- oder Zwischengericht.

## Zutaten

- 800 g Kalbsbries, (beim Metzger vorzubestellen)
- 1 kleines Bund Suppengrün oder eine gespickte Zwiebel
- 1 Lorbeerblatt, 5 - 6 gedrückte Pfefferkörner, 3 - 4 Nelkenköpfe, Salz
- 2 El gehackte Petersilie
- 4 - 8 Garnelen/Prawns
- 0,5 kg grüner Stangenspargel
- 0,5 kg weißer Stangenspargel
- Etwas Puderzucker, Salz, Pfeffer
- 30 g Butter
- Etwas gehackte Petersilie
- Etwas Balsamico

## Zubereitungsart

### Schritt1

Das Kalbsbries:

### Schritt2

Kochendes Salzwasser mit einer Zwiebel, einem Lorbeerblatt, Pfefferkörnern, und Nelke würzen.

### Schritt3

Das mehrfach gut gewässerte Kalbsbries hinein geben 5 - 6 min. blanchieren. Abkühlen lassen, putzen, von Sehnen, Häuten und Knorpeln befreien.

#### **Schritt4**

In 1 cm dicke Scheiben / Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit einigen Tropfen Cognac - Weinbrand beträufeln.

#### **Schritt5**

Die gehackte Petersilie eindrücken, leicht mit Mehl bestäuben.

#### **Schritt6**

In geklärter Butter ca. 1 min. je Seite goldbraun braten, rosa lassen, nicht zu trocken braten.

#### **Schritt7**

Die Garnelen:

#### **Schritt8**

Von der Schale befreien, die Rückenseite bis zum Schwanz leicht einschneiden, den Darm entfernen und waagrecht halbieren.

#### **Schritt9**

Mit Salz und Pfeffer würzen, in Olivenöl für jeweils 1 min. auf beiden Seiten braten, bis die rosa Farbe eintritt. In der Pfanne, abseits der Flamme, ca. 2 min. durchziehen lassen.

#### **Schritt10**

Der Spargel:

#### **Schritt11**

Den Spargel herkömmlich schälen, (den Grünen nur im unteren Drittel)

#### **Schritt12**

schräg in ½ cm dicke, längliche Stücke schneiden.

#### **Schritt13**

Etwas Puderzucker und Butter in einer Stielpfanne schmelzen und die Spargelstücke dazu geben. Mit etwas Balsamico und wenig Wasser ablöschen, 5 - 6 min bei milder Hitze dünsten

#### **Schritt14**

Der Spargel soll „al dente “ bleiben, mit Salz, Pfeffer und etwas geriebenem Muskat würzen.

#### **Schritt15**

Anrichtevorschlag:

#### **Schritt16**

Den weiß - grüner Spargel, leicht gebräuntin, in der Tellermitte anrichten, 2 Kalbsbries - Medaillons

und 2 / 2 Garnelen dekorativ verteilen, mit einem Melisse Blättchen garnieren.

**Rezeptart:** Kalbfleisch **Tags:** augenweide, edel, innereien, spargel, vor- oder zwischengericht

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/kalbsbries-und-garnelen-auf-gebratenem-gruenen-und-weissem-spargel/>