



STEAKS VOM ALPENLACHS MIT SPARGEL, BRENNNESSELCREME UND SALAT VON RUDOLF UND KARL OBAUER

QimiQ VORTEILE

- 100% natürlich, ohne Konservierungsstoffe, Zusatzstoffe und Emulgatoren
- Alkohol-, hitze- und säurestabil
- Bindet Flüssigkeit, daher kein Absetzen der Zutaten (AFI)
- Cremiger Genuss bei weniger Fett



25



leicht

ZUTATEN FÜR 6 PORTIONEN

600 g	Weißer Spargel, geschält
	Salz
TL	Zucker
EL	Olivenöl
6	Alpenlachssteaks à 150 g
100 g	Sauerampfer
	Rucola (optional)
50 g	Sprossen nach Wahl
4 EL	Balsam-Apfelessig
	Zitronensaft
EL	Haselnussöl
	Erdnussöl (optional)

FÜR DIE BRENNNESSELCREME

150 g	Brennnesselspitzen
	Salz
4 EL	Olivenöl
1	Knoblauchzehe(n)
250 g	Sauerrahm 15 % Fett
50 g	QimiQ Classic
1 TL	Krenpaste
Prise(n)	Salz und Pfeffer
Prise(n)	Cayennepfeffer

ZUBEREITUNG

1. Für die Creme Brennnesselspitzen in leicht gesalzenem Wasser etwa 4 Minuten blanchieren, aus dem Fond heben und in eiskaltem Wasser abschrecken. Brennnesselspitzen abtropfen lassen oder trocken tupfen. Mit Olivenöl, gepresstem Knoblauch, 60 ml abgekühltem Fond vom Blanchieren der Brennnesseln, Sauerrahm, QimiQ Classic, Krenpaste und je 1 Prise Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer hochtourig pürieren, bis eine glatte Creme entstanden ist. Creme kalt stellen.
2. Spargel schälen und die trockenen Enden wegschneiden. Spargel in leicht gesalzenem und gezuckertem Wasser etwa 10 Minuten weich kochen. Spargel aus dem Fond heben und in eiskaltem Wasser abschrecken. Backofen auf 220° C vorheizen.
3. In einer ofenfesten beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen. Lachssteaks einlegen und anbraten, wenden und im Ofen ca. 10 Minuten braten. Sobald Eiweiß austritt, ist der Fisch ausreichend gegart; beim Anstechen mit einem Spieß ist nur geringer Widerstand spürbar.
4. Salat und Sprossen waschen, putzen, mit Salz, Essig, ein paar Tropfen Zitronensaft und Hasel- oder Erdnussöl marinieren.
5. Steaks aus der Pfanne heben und auf Küchenkrepp legen. Spargel auf Teller geben, Steaks darauf platzieren, Brennnesselcreme rundherum ziehen und den Salat als Beilage dazugeben.