

intensiver als gekochter Spargel

Schweinelende mit gebratenem Spargel

für 2 Personen

Zutaten

500 g weißer Spargel oder Bruch, 500 g grüner Spargel oder Bruch,
2 Schweinsteaks, 50 g Butter, 2 Tomaten, 200 ml Sauce
Hollandaise, 2 Teelöffel Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

1. Backofen auf 130°C vorheizen
2. Strunke der Tomaten herausschneiden und die Tomaten in der Pfanne etwa 10 Minuten auf einer Seite braten
3. Spargel schälen, beim grünen Spargel nur das untere Drittel
4. die trockenen Enden etwa 2 cm abschneiden - je frischer der Spargel, desto weniger muß abgeschnitten werden
5. Spargel in etwa 5 cm lange Stücke schneiden
6. Tomaten aus der Pfanne nehmen und im Backofen weiter durchziehen lassen
7. Schweinsteaks leicht salzen und in wenig Butter von beiden Seiten kurz anbraten
8. Schweinsteaks aus der Pfanne nehmen und im Backofen bei 130°C durchziehen lassen
9. Spargel in dem Rest der Butter etwa 10 Minuten braten
10. Schweinsteaks und Tomaten aus dem Backofen nehmen, Schweinsteaks pfeffern und alles zusammen anrichten
11. nach Belieben Sauce Hollandaise oder Butter über das Schweinefleisch und den Spargel geben

Zeitbedarf

45 Minuten

