

Kalbsteak auf Tomaten

10 Kalbssteaks je ca 100 – 120g

Olivenöl

8 Knoblauchzehen

1000g Pelati

3 Esslöffel Tomatenpurée

10 Oreganozweige

1 Bund Petersilie

30 schwarze Oliven

Den Backofen auf 80°C vorwärmen 2 Platten mitwärmen.

5 Kalbssteaks beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen und im heissen Olivenöl

ca 3 min braten. Sofort auf in den Backofen geben, 20-30 min nachgaren

lassen

5 Kalbssteaks sofort in den Backofen geben,

20- 30 min garen lassen

Knoblauch in dünne Stifte schneiden, hellgelb dünsten

Pelati und Tomatenpurée begeben und mit Salz und Pfeffer würzen bei mittlerer Hitze während ca. 15 min zu einer dicken Sauce einkochen lassen.

Oregano und Petersilie fein hacken. Gegen Ende der Garzeit mit den Oliven in die Sauce geben

Die 5 Kalbssteaks die ungebraten in den Backofen gekommen sind herausnehmen und in heissem Olivenöl 3 min anbraten.

Die Kalbssteaks quer zur Fleischfaser aufschneiden und auf der Tomatensauce anrichten. Auf jeden Teller kommt je ein halbes Steak das vor bzw. nach dem Garen gebraten worden ist.

Dazu gibt es Toastbrot.