Kalbsgeschnetzeltes mit Spargel und Brokkoli

Zutaten

- 300 g Brokkoli, tiefgefroren
- 500 g Kalbsgeschnetzeltes
- 500 g grüner Spargel
- 3 Stängel Liebstöckel
- 40 g Butter
- 250 ml Wasser
- 200 ml Schlagsahne
- 100 ml Sekt
- 2 Beutel MAGGI Fix für Geschnetzeltes "Zürcher Art"
- 2 EL Crème fraîche

Zubereitung

1. Brokkoli auftauen lassen. Kalbsgeschnetzeltes trocken tupfen. Spargel waschen, evtl. das untere Drittel schälen und schräg in ca. 1,5 cm breite Stücke schneiden. Liebstöckel waschen, trocken schütteln und hacken.

2. In einer Pfanne Butter heiß werden lassen. Die Spargelstücke bei geringer Wärmezufuhr 6-8 Min. braten. Herausnehmen und warm stellen.

3. Kalbsgeschnetzeltes in die Pfanne geben und ca. 2 Min. anbraten. Herausnehmen und ebenfalls zur Seite stellen.

4. Wasser in die Pfanne gießen. Den Brokkoli darin ca. 3 Min. bei geringer Wärmezufuhr kochen lassen. Sahne und Sekt zugießen. MAGGI Fix für Geschnetzeltes "Zürcher Art" einrühren. Crème fraîche unterrühren. Kalbfleisch und Liebstöckel zugeben und heiß werden lassen. Das Geschnetzelte auf Teller verteilen. Spargelstücke darüber geben und servieren. Dazu passen Spätzle oder Bandnudeln.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	20 g
Energie	555 kcal
Fett	35 g
Protein	36 g

30 Minuten

4 Portionen

MAGGI KOCHSTUDIO 60523 Frankfurt am Main >> Telefon (069) 66 71 - 28 41 >> facebook.com/MaggiKochstudio >> www.maggi.de