

### Niedergegarte Kalbssteaks an Chili-Schokoladensauce

#### Fleisch:

4 Kalbssteaks (z.B. aus dem Nierstück, je ca. 150-200 g)  
Butter zum Anbraten  
Salz, Pfeffer

Vorbereiten: das Fleisch ca. 30 Min. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, Ofen auf 80 °C vorheizen, eine flache Auflaufform mit in den Ofen legen

Butter in der Pfanne heiß werden lassen und das Fleisch von beiden Seiten jeweils 2 Minuten anbraten, würzen und in die vorgewärmte Form legen.

#### Infos zum Niedergaren:

Wir empfehlen die Verwendung eines Fleischthermometers zur Kontrolle der Kerntemperatur.

Garzeit: ca. 30 Min. in der Mitte des vorgeheizten Backofens  
Kerntemperatur: ca. 65 °C

Das Fleisch lässt sich bei Bedarf ca. 30 Min bei 60 °C Ofentemperatur warmhalten.

#### Sauce:

50 g Edelbitter-Schokolade mit ca. 75 % Kakaoanteil  
200 ml Gemüsebrühe  
1 TL Zucker  
Weißweinessig  
getrocknetes, grobes Chili-Gewürz

Schokolade zerkleinern und mit dem Zucker und der Gemüsebrühe aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen, zwischendurch immer wieder gut umrühren. Mit etwas Essig und dem Chili-Gewürz abschmecken.

Guten Appetit!