

# Pferdesteaks in Senf-Wasabi-Sauce



Gebratene Pferdesteaks mit umfließender Senf-Wasabi-Sauce, gewürzt mit gemahlenem Koriander, Salz und Pfeffer

Und wieder einmal Pferdefleisch. Dieses Mal Pferdesteaks. Kurz gebraten mit Koriander, Salz und Pfeffer gewürzt und einer Senf-Wasabi-Sauce. Die frischen Pferdesteaks sehen roh sehr delikats aus und sind ähnlich wie Rindersteaks. Englisch zubereitet, also innen noch etwas roh, sind sie ein Genuss.

## Zutaten (für 1 Person):

- 2 Pferdesteaks à ca. 200 g
- 1 TL Senf
- 1 TL Wasabi
- 100 ml Sahne
- Koriander

- Salz
- Pfeffer
- gewürztes Olivenöl ( mit Knoblauch, Chili und Rosmarin)

**Zubereitungszeit:** 15 Min.



Rohe Pferdesteaks ...

Pferdesteaks unter fließendem Wasser abwaschen und trocken tupfen. Leicht mit Koriander, Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer großen Pfanne heiß werden lassen.





... und gewürzt mit Koriander, Salz und Pfeffer

Die Pferdesteaks darin von beiden Seiten jeweils ca. 3 Minuten anbraten. Da die Steaks gegart und englisch sind, stellt man daran fest, wenn auf der Oberseite, die als erstes angebraten wurde, der Fleischsaft nach oben austritt, weil die Unterseite gerade gebraten wird und damit die Poren verschlossen sind. Möchte man die Steaks Medium oder Durch, dann ab diesem Zeitpunkt einfach noch einige Minuten länger braten.



Senf und Wasabi in Sahne in einer kleinen Pfanne

Währenddessen 1 TL Wasabipulver mit 3 TL Wasser mischen und zu einer Paste binden. Die Sahne in eine kleine Pfanne geben und erhitzen. Wasabi und Senf dazugeben und verrühren. Alles ein wenig köcheln.

Die beiden Steaks auf einem großen Teller servieren, die Senf-Wasabi-Sauce drumherum drapieren und Steaks und Sauce nochmals mit Koriander, Salz und Pfeffer leicht würzen.

---

## **Pferdegulasch in Weisswein- Estragon-Sauce auf Pappardelle**



## Pferdegulasch auf Pappardelle

Mach' mir den Hengst! Die Fortsetzung der Pferdefleisch-Rezepte. Diesmal Pferdegulasch mit einer Sherry-Estragon-Sauce – nein, natürlich nicht Sherry, sondern Weißwein. Auch bei diesem zweiten Pferdefleisch-Rezept musste ich improvisieren, denn ... ich hatte mich bei meinem Sherryvorrat verkalkuliert. Es war nur noch ein kleiner Bodensatz vorhanden, nicht mehr der vermutete halbe Liter. Also musste ich umschwenken auf einen trockenen Weißwein. Aber auch damit ging dann der Gaul mit mir durch ... ;-)

### **Zutaten (für 1 Person):**

- 250 g Pferdegulasch
- 4 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- Paprikapulver
- Koriander
- Salz
- Pfeffer
- Butter



- 1 Schuss Sherry
- 200 ml trockener Weisswein
- 3–4 Zweige frischer Estragon
- 1 frisches Lorbeerblatt
- 150 ml Sahne
- 1 TL Senf
- 1 TL Crema di Balsamico bianco
- 1 Stück Butter
- 1 Zitrone (Saft)
- 1/2 TL Honig
  
- bei Bedarf 1 EL Mehl
  
- 150 g frische Pappardelle
  
- frischer Estragon

**Zubereitungszeit: 1 Std.**



Frisches Pferdegulasch, mit Koriander, Salz und Pfeffer gewürzt

Das Pferdegulasch kleinschneiden und mit Koriander, Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotten und

Knoblauchzehen schälen. Die Schalotten in Streifen schneiden und die Knoblauchzehen in dünne Scheiben. Butter in einem Topf erhitzen, alles zusammen anbraten und bei zugedektem Topf bei geringer Hitze köcheln lassen, bis es etwas Flüssigkeit gezogen hat. Dabei immer wieder umrühren.



Pferdegulasch mit Gemüse und Gewürzen im Topf köchelnd

Den Estragon mit einem Wiegemesser kleinschneiden. Das Gulasch mit dem Sherry und dem Weisswein ablöschen. Die Röststoffe vom Boden des Topfes mit einem Kochlöffel ablösen. Die Kräuter dazugeben. Dann die Sahne, den Senf und den Weissweinessig hinzugeben. Etwas köcheln lassen. Schließlich noch ein Stück Butter zum Binden, den Saft einer Zitrone und den Honig, der der Säure ein wenig entgegenwirkt, hinzugeben. Alles ca. 30 Minuten köcheln lassen und dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.





### Frisches Estragonkraut

Man kann die Sauce dann noch mit einem Esslöffel Mehl binden, was ich getan habe. Im Nachhinein finde ich jedoch die flüssigere Variante der Sauce ohne Mehl besser, weil die gewünschte Säure der Sauce und der Estragongeschmack besser zur Wirkung kommen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit die frischen Pappardelle zubereiten. In einen tiefen Nudelteller geben, das Gulasch darüber und mit einigen frischen Estragonblättern garnieren.