

Rumpsteak mit Bohnen im Speck-Mantel, Rosmarin-Kartoffeln

Für 2 Personen

2 Rumpsteaks a 200 g	6 Scheiben Frühstücksspeck	4 Kartoffeln, fest
250 g grüne Bohnen	200 g Champignons, weiß	250 g Butter
5 EL Ahornsirup	5 Zweige Rosmarin	1 Bund Petersilie, glatt
Olivenöl	Salz	Chilipfeffer
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffel schälen und in Salzwasser gar kochen. Die Bohnen ebenfalls in Salzwasser bissfest kochen. Die Rumpsteaks waschen und trocken tupfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Rumpsteaks auf beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend die Rumpsteaks in eine feuerfeste Form legen, zehn Gramm Butter hinzufügen, das Fleisch mit Salz, Pfeffer und Chilipfeffer würzen und für etwa 20 Minuten im Backofen ruhen lassen. Die Bohnen abgießen, mit Eiswasser abschrecken und mit Salz, Pfeffer und Chilipfeffer würzen. Anschließend den Speck auflegen, die Bohnen darin einrollen und den Speck nochmals rundherum mit Salz und Pfeffer würzen. 40 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Bohnen im Speckmantel braten. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. 100 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Champignons braten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Petersilie bestreuen. Die Kartoffel abgießen und in einer Pfanne mit der restlichen Butter und den Rosmarinzweigen schwenken. Abschließend die Rumpsteaks aus dem Backofen nehmen und mit dem Ahornsirup bestreichen. Die Rumpsteaks mit den Rosmarinkartoffeln, den Bohnen im Speckmantel und den Champignons auf Tellern anrichten und servieren.

Jürgen Lienhard am 15. Februar 2010