

Pfeffer-Steak mit Bratkartoffeln und Baby-Möhren

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------------|---------------------------|--------------------------|
| 1 Rindersteak, a 200 g | 150 g Babymöhren | 3 feste Kartoffeln |
| 1 Zwiebel | 40 g Butter | 1 Bund glatte Petersilie |
| 1 EL schwarze Pfefferkörner | 1 EL rosa Pfefferkörner | 1 EL Kümmel |
| 20 ml Sahne | 200 ml Sherry, Medium Dry | Olivenöl |
| Zucker | Salz | Pfeffer, schwarz |

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Das Olivenöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten anbraten. Die Hälfte der Butter zu geben. Den schwarzen und den rosa Pfeffer zerstoßen und mit in die Pfanne geben. Das Steak aus der Pfanne nehmen und auf den Rost im Backofen legen und weiter garen. Die Pfanne mit dem Sud beiseite stellen. Die Babymöhren vom Grün befreien und in Salzwasser gar kochen. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken. Die Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Mit Salz und Kümmel würzen. Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Zwiebel zu den Bratkartoffeln geben. Zu der Pfanne mit dem Bratensud den Sherry und die Sahne zu geben und zu einer Soße verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und die Babymöhren darin anschwitzen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Das Fleisch auf Tellern anrichten. Die Bratkartoffeln und die Babymöhren zu geben und mit der Petersilie garnieren. Die Soße über das Fleisch geben und servieren.

Alwin Dannerbauer am 26. Juli 2010