

Rumpsteak mit Kräuter-Butter, Chips und Schmorpaprika

Für zwei Personen

250 g Rumpsteak	100 g weiche Butter	2 große, vorw. festk. Kartoffeln
3 rote Spitzpaprika	1 Bund Frühlingszwiebeln	4 Knoblauchzehen
1/2 Bund glatte Petersilie	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
3 EL Olivenöl	500 ml Sonnenblumenöl	grobes Meersalz
schwarzer Pfeffer	bunter Steakpfeffer	

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Steaks waschen, trocken tupfen und mit Meersalz und dem bunten Pfeffer würzen. Olivenöl in der Grillpfanne erhitzen und darin die Steaks von jeder Seite etwa drei Minuten braten. Anschließend in den Backofen geben und dort nachgaren lassen. Für die Kräuterbutter die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Eine Knoblauchzehe abziehen, klein pressen und mit der Butter, der Petersilie sowie Salz und Pfeffer vermengen. Anschließend im Eisfach kalt stellen. Die Kartoffeln schälen und mit einer wellenförmigen Reibe zu Chips reiben. Das Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und darin die Chips hellbraun frittieren, herausschöpfen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die übrigen Knoblauchzehen abziehen und in feine Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin den Knoblauch gemeinsam mit der Spitzpaprika, dem Thymian- sowie dem Rosmarinweig braten. Die Frühlingszwiebeln von den äußeren Blättern befreien, in Ringe schneiden und hinzugeben. Das Ganze etwas schmoren lassen und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Die Rumpsteaks mit den Chips und den Schmorpaprika auf Tellern anrichten und mit der Kräuterbutter garnieren.

Jolanta Knoll-Hoch am 27. Februar 2012