

# Rinder-Steak mit Pommes frites und Rotwein-Soße

## Für zwei Personen

1 Rindersteak, à 200 g (Entrécôte)	3 mehlig, große Kartoffeln	2 frische, rohe Rote Beten
1 Birne	1 Zitrone	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	1/2 Bund Minze	1/2 Bund glatte Petersilie
3 Zweige Thymian	3 Zweige Rosmarin	1 Lorbeerblatt
150 g Fetakäse	3 EL Speisestärke	200 ml trockener Rotwein
200 ml Rinderfond	2 l Erdnussöl	Olivenöl
Butter	schwarzer Pfeffer	Salz
Meersalz		

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Die Friteuse mit dem Erdnussöl auf 160 Grad vorheizen. Für die Soße die Schalotten und die Knoblauchzehen abziehen. Den Rotwein mit den Schalotten und dem Knoblauch sowie dem Rinderfond in eine Pfanne geben, erhitzen und einkochen lassen. Das Bouquet garni mit dem Lorbeerblatt, etwas Thymian und etwas Petersilie zusammenstellen. kaltes Wasser mit etwas Salz in einen Topf geben. Die Kartoffeln schälen, in Pommes-Form schneiden und in das kalte Salzwasser geben, damit sie nicht braun werden. Die Rote Bete schälen und in kleine Streifen schneiden. Die Birne ebenfalls schälen und in kleine Streifen schneiden. Die Zitrone halbieren, den Saft auspressen und die Birnen mit dem Zitronensaft beträufeln. Die Pommes in die Friteuse geben und etwa fünf Minuten garen lassen. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Nach dem Abtropfen die Pommes wieder in die Friteuse geben und bei 180 Grad braun werden lassen. Den Rosmarin, den Thymian und die Petersilie waschen und trocknen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und das Steak darin scharf von beiden Seiten anbraten. Anschließend das Steak mit etwas Butter, dem Rosmarin, einem Thymianzweig und der Petersilie in den vorgeheizten Backofen geben und fertig garen lassen. Die Rote Bete und die Birne vermengen. Den Feta zerbröseln und hinzugeben. Die Minze waschen, trocknen und klein hacken. Die Soße durch ein Sieb abseihen und etwas Butter hinzugeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Pommes in ein mit Küchenpapier ausgelegtes Sieb geben, salzen und das Tuch entfernen. Die Minze und etwas Olivenöl zu dem Salat geben und gut vermengen. Das Steak mit den Pommes frites, der Rotweinsauce und dem Rote-Bete-Minze-Salat auf einem Teller anrichten und servieren.

Willem Catianis am 07. März 2012