

Hüftsteak mit Kartoffel-Püree und Rotwein-Butter-Soße

Für zwei Personen

250 g Hüftsteak	400 g vorw. festk. Kartoffeln	400 g Möhren
60 g Feldsalat	1 rote Zwiebel	1 Thymianzweig
1 Muskatnuss	2 EL Ahornsirup	125 ml Milch
1 EL Zucker	50 g eiskalte Butter	125 ml trockener Rotwein
2 EL Marsala	125 ml Portwein	Öl, Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln schälen, waschen und halbieren. Anschließend etwa 20 Minuten in Salzwasser gar kochen. Die Möhren schälen, waschen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Möhren darin andünsten. 100 Milliliter Wasser aufgießen, zum Kochen bringen und etwa vier Minuten garen. Mit Ahornsirup abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Steaks waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Steaks darin von beiden Seiten braten. Den Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Einige Blättchen für die Dekoration zurück behalten. Den Rest in mundgerechte Stücke zupfen. Den Zucker unterrühren und bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Die rote Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden, die Zwiebelstreifen kurz in dem Zucker glasieren. Das Ganze mit dem Rotwein ablöschen und auf die Hälfte reduzieren lassen. Den Portwein, den Thymianzweig und den Marsala zugeben. Die Sauce reduzieren lassen. Anschließend die Sauce durchsieben und mit der Butter binden. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Milch erwärmen und zu den Kartoffeln geben, etwas Muskat hinein reiben und stampfen. Mit Salz abschmecken und anschließend den Feldsalat unterheben. Das Steak und die Möhren zusammen mit dem Kartoffelpüree auf einem Teller anrichten und mit einigen Feldsalatblättchen garniert servieren.

Ursula Krause am 13. Dezember 2012