

Rib-Eye-Steak mit Süßkartoffeln, Zucchini und Remoulade

Für zwei Personen

| | | |
|----------------------------|-----------------------|---------------------------|
| 2 Rib-Eye-Steak, à 300 g | 2 Süßkartoffeln, groß | 2 Zucchini |
| 1 rote Paprikaschote | 1 Essiggurke, klein | 1 EL Kapern |
| 80 g Maiskörner | 1 Zwiebel | 1 Zehe Knoblauch |
| 1 Zitrone | 2 Eier | 80 g saure Sahne |
| 80 g Crème-fraîche | 2 TL scharfer Senf | 1 Zweig glatte Petersilie |
| 1 Zweig Kerbel | 1 Zweig Basilikum | 1 Zweig Estragon |
| 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Rosmarin | 1 TL Café de Paris |
| 3 EL Olivenöl | 2 EL Meersalz | 1 Prise Chilisalز |
| 2 TL bunte Pfeffermischung | Salz, Pfeffer | |

Den Backofen auf 80 Grad Heißluft vorheizen. Die Süßkartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Die Zucchini waschen und die Enden entfernen. Anschließend ebenfalls in Scheiben schneiden. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Süßkartoffeln zusammen mit einer angeprückelten Knoblauchzehe, einem Rosmarin- und einem Thymianzweig anbraten. In einer weiteren Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zucchini darin braten. Beides mit Salz und Pfeffer würzen. Währenddessen das Fleisch waschen und trocken tupfen. Die Fettkante der Fleischstücke dreimal einschneiden und in einer erhitzten Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten für drei Minuten braten. Das Rib-Eye-Steak medium bis zu einer Kerntemperatur von 58 Grad braten und anschließend im Backofen warmhalten. Für die Remoulade einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Die Eier darin hart kochen. Die Paprikaschote der Länge nach aufschneiden, entkernen und schälen. Anschließend die Paprika und die Essiggurke in kleine Würfel schneiden. Die hartgekochten Eier pellen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Kapern grob hacken und die Maiskörner durch ein Sieb abtropfen lassen. Die saure Sahne mit der Crème-fraîche vermengen und glatt rühren. Die Paprika, Essiggurken und Eier dazugeben. Anschließend die Kapern, die Maiskörner und zwei Teelöffel scharfen Senf unterheben. Die Paprika-Mais-Remoulade mit etwas von der Café de Paris Gewürzmischung und dem Chilisalز abschmecken. Die Petersilie, den Kerbel, den Thymian und das Basilikum vom Stiel abzupfen, klein hacken und zu der Remoulade geben. von der Zitronenschale abreiben und mit zwei Esslöffeln Meersalz vermischen. Die Mischung mit zwei Teelöffeln der Pfeffermischung abschmecken. Den Schnittlauch in kleine Stücke schneiden. Die Rib-Eye-Steaks mit Süßkartoffeln, Zucchini und der Paprika-Mais-Remoulade auf Tellern anrichten und mit etwas Schnittlauch, Petersilie und dem Zitronen-Pfeffer-Salz garnieren.

Werner Dilitz am 26. März 2014