

# Rinder-Steak mit Bacon, Zwiebeln, Schwenktomaten

## Für 2 Personen

### Für das Steak:

2 Rinderfilets à 250 Gramm	4 Scheiben Bacon	2 EL Olivenöl
Butter	1 Rosmarinzweig	1 Thymianzweig
1 Knolle Knoblauch	Salz, Pfeffer	

### Für die Zwiebeln:

1 Gemüsezwiebel	25 g Butter	1/2 TL Zucker
-----------------	-------------	---------------

### Für die Cherrytomaten:

200g Cherrytomaten	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1/2 TL Zucker	2EL Aceto balsamico bianco	25 g Butter
2 Zweige Basilikum		

### Für die Kartoffeln:

3 festk. Kartoffeln	Fett, Gewürzsalz
---------------------	------------------

### Für den Kräuterdip:

1/2 TL Dijonsenf	3 - 4 EL Milch	200 g griechischer Joghurt
1 Stängel Petersilie	1 Stängel Bärlauch	1 Stängel Kerbel
1 Stängel Schnittlauch	1 Stängel Dill	1 Stängel Estragon
1 Zitrone	mildes Chilusalz	1 Prise Zucker

Die Steaks mit etwas Olivenöl in einer Pfanne eine bis anderthalb Minuten, je nach Dicke des Fleisches, scharf anbraten. Ist die erste Seite schön angebraten, wird das Fleisch gewendet. Mit Salz und Pfeffer würzen. Parallel dazu etwas frischen Thymian, Rosmarin, eine halbe Knolle Knoblauch und etwas Butter mit in die Pfanne geben. Ist auch die zweite Seite schön angebraten, das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf ein Blech legen. Den Pfannensud mit den Kräutern über das Steak geben und in dem vorgeheizten Backofen (150 Grad) für 15 bis 20 Minuten ziehen lassen bis das Steak medium ist Die Spekscheiben auf mittlerer Hitze mit etwas Butter in der Pfanne von beiden Seiten so lange braten, bis die Scheiben schön knusprig sind. Im Anschluss die Scheiben mit Küchenpapier abtupfen und kurz ruhen lassen. Die Zwiebel schälen, in Streifen schneiden und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze in 50 Gramm Butter mit dem Zucker unter Rühren goldbraun schmoren. Die Zwiebeln mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotte und den Knoblauch schälen, klein würfeln und in der Pfanne bei mittlerer Hitze andünsten. Kirschtomaten dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und unter Schwenken aufplatzen lassen. Mit Aceto balsamico ablöschen und die Butter unterschwenken. Die Basilikumblättchen in feine Streifen schneiden und zu den Kirschtomaten geben. Die Kartoffeln schälen, in circa ein bis zwei Zentimeter große Würfel schneiden, zwischendurch in kaltes Wasser legen und anschließend die Kartoffelwürfel mit Küchenpapier trocken tupfen. Das Fett in der Fritteuse auf 170 bis 180 Grad erhitzen und 15 bis 20 Minuten goldbraun frittieren. Kartoffeln herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen Für den Dip, den Joghurt mit der Milch, dem Spritzer Zitronensaft und dem Senf vermengen bis eine homogene Masse entsteht. Anschließend den Zitronenabrieb mit den Kräutern unterrühren, mit dem milden Chilusalz und dem Zucker fein abschmecken und etwas ziehen lassen. Das fertige Fleisch aus dem Ofen holen und auf einem Teller anrichten. Den knusprigen Bacon dazu legen. Die Zwiebeln auf und neben dem Steak drapieren. Die Kartoffelwürfel und die Schwenktomaten mit auf dem Teller anrichten und mit dem Kräuterdip servieren.

Felix Brosa am 06. Oktober 2014