

Rumpsteak mit Kartoffel-Spalten und Barbecue-Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Rumpsteaks, à 200 g 2 Zehen Knoblauch Olivenöl

Für die Kartoffelspalten:

400 g vorw. festk. Kartoffeln 3 Zehen Knoblauch 3 Schoten rote Chili
2 EL heller Honig 3 Zweige Rosmarin Olivenöl

Für die Sauce:

2 Zwiebeln 3 Orangen 5 EL Tomatenketchup
3 EL Tomatenmark 5 EL Sojasauce 2 EL mittelscharfer Senf
50 g braunen Zucker 3 EL Paprikapulver, edelsüß 3 EL Currypulver
Olivenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Umluft für das Fleisch vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 210 Grad Umluft für die Kartoffeln vorheizen. Für das Fleisch die Knoblauchzehen abziehen und mit dem Messer andrücken. Das Rumpsteak mit den Knoblauchzehen in der Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten. Anschließend das Fleisch für zehn Minuten in den Ofen geben. Für die Kartoffelspalten die Kartoffeln waschen und mit der Schale vierteln. Den Knoblauch abziehen und zusammen mit dem Rosmarin fein hacken. Die Chilischoten in feine Ringe schneiden. Die Kartoffeln mit dem Honig, dem Rosmarin, dem Knoblauch, den Chiliringen und Olivenöl in einen Gefrierbeutel geben und kräftig schütteln. Anschließend die Spalten auf ein Blech geben und im vorgeheizten Ofen backen bis die Kartoffeln goldbraun sind. Für die Sauce die Zwiebeln abziehen, fein hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl glasig anschwitzen. Den Ketchup und das Tomatenmark dazugeben und köcheln lassen. - 5 - Den Saft der Orangen auspressen und zu der Sauce geben. Anschließend mit dem braunen Zucker, Paprikapulver, Currypulver, Senf, Pfeffer und Salz abschmecken. Für die dunkle Farbe die Sojasauce dazugeben. Das Rumpsteak mit den Kartoffelspalten und der Barbecuesauce auf Tellern anrichten und servieren.

Christoph Ludwig am 04. Dezember 2014