

Tagliata vom Roastbeef, Rapunzel-Salsa, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für das Rindersteak:

2 2-3 cm dicke Scheiben Roastbeef	1 Knoblauchzehe	Butter
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	50 ml Olivenöl
Meersalz	schwarzer Pfeffer	

Für den Kartoffel-Stampf:

500 g festk. Kartoffeln	1 EL Kapern	25 g Butter
1 Bund glatte Petersilie	50 ml Olivenöl	Salz
weißer Pfeffer		

Für die Salsa:

200 g Feldsalat	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Außerdem:

30 g Parmesan

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch eine Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

Für den Kartoffel-Kapern-Stampf die Kartoffeln schälen, waschen, in kleinere Stücke schneiden. In einem mittelgroßen Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Kartoffel darin 20 Minuten gar kochen. Anschließend die Kartoffeln abgießen und im Topf zwei Minuten mit offenem Deckel ausdampfen lassen. Dann den Topf zurück auf den Herd geben und bei nur noch geringer Hitze 25 Milliliter Olivenöl und der Butter dazugeben. Die Kartoffeln dann mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken und bei Bedarf weiteres Olivenöl hinzugeben, so dass eine sämige, aber noch leicht stückige Struktur entsteht.

Die Blattpetersilie fein hacken. Zum Schluss mit einem Löffel die Kapern sowie die gehackte Petersilie einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rapunzelsalsa den Feldsalat putzen und mit einem Messer sehr fein hacken. Die Schalotte und die Knoblauchzehe abziehen und ebenfalls sehr klein würfeln. Alles zusammen in eine kleine Rührschüssel geben und mit Olivenöl übergießen, so dass eine dickflüssige Salsa entsteht. Die Zitrone waschen, halbieren und die Schale mit einem Zestenreißer abreiben. Den Zitronenabrieb in die Salsa geben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Salsa anschließend für 15 Minuten ziehen lassen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und zusammen mit dem Rosmarin- und Thymianzweig in eine sehr heiße, unbeschichtete Pfanne geben. Eine ungeschälte Knoblauchzehe andrücken und ebenfalls in die Pfanne geben. Das Fleisch von beiden Seiten in der Butter anbraten, bis es sich nach zwei Minuten selbst vom Pfannenboden löst. Bei Bedarf etwas Butter hinzufügen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und auf einem Rost auf mittlerer Schiene bei 100 Grad Ober-/Unterhitze in den Ofen geben. Die Kräuter und die Knoblauchzehe auf das Fleisch geben.

Die Fleischtemperatur mit einem Thermometer messen und das Fleisch bei einer Kerntemperatur von 56 Grad aus dem Ofen nehmen und in Alufolie umwickeln. Das Fleisch fünf Minuten ziehen lassen.

Für die Parmesan chips eine beschichtete Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Den Parmesan zu kleinen runden Scheiben in die Pfanne streuen. Hell anbräunen, die Pfanne vom Herd nehmen und die Parmesanblätter kurz abkühlen lassen, bis sie sich gut aus der Pfanne nehmen

lassen. Anschließend das Fleisch in dünne Tranchen schneiden und gefächert auf einem vorgewärmten Teller anrichten. Nochmals pfeffern und mit Meersalz bestreuen. Die Rapunzelsalsa nochmal durchrühren, großzügig über das Fleisch träufeln und gemeinsam mit dem Kartoffel-Kapern-Stampf und den Parmesanchips auf Tellern anrichten und mit etwas Blattpetersilie garnieren.

Sven Langenhan am 01. Juni 2015