

Rumpsteak mit karamellisierten Möhren und Kräuterbutter

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Rumpsteaks, à 250 g Olivenöl Meersalz
bunter Pfeffer

Für die Karotten:

200 g Karotten $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie 100 g Zucker
2 EL Butter

Für die Kräuterbutter:

150 g Butter 1 Bund Bärlauch, frisch 1 Bund Schnittlauch
1 Knoblauchzehe Salz

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Für die blanchierten Karotten die Karotten waschen, trocken tupfen, schälen und in Scheiben schneiden. In einem Topf das Wasser mit Salz erhitzen und die Karotten darin bissfest gar kochen. Die Petersilie klein hacken. In einer Pfanne die Butter erhitzen, die Karotten mit dem Zucker darin karamellisieren und mit der Petersilie verfeinern.

Das Rumpsteak mit dem Meersalz und dem Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten kurz scharf anbraten. Anschließend in Alufolie wickeln und im Ofen warm halten. Für die Kräuterbutter den Knoblauch abziehen und klein hacken. Den Bärlauch und den Schnittlauch ebenso klein schneiden. Die Butter mit dem Knoblauch und den Kräutern vermengen, mit Salz abschmecken und in den Spritzbeutel geben. Vor dem Anrichten den Spritzbeutel anschneiden, so dass man kleine Butterklekse auf den Teller geben kann. Die Steaks aus dem Ofen nehmen und mit den Karotten und der Kräuterbutter auf Tellern anrichten und servieren.

Fabien Dieckmeyer am 03. September 2015