

Surf-and-Turf, Kartoffel-Ecken, Möhren, Mango-Mayonnaise

Für zwei Personen

Für das Surf and Turf:

1 Flat Iron Rindersteaks, à 350 g 2 Riesengarnelen Salz

Für die Kartoffelecken:

2 vorw. festk. Kartoffeln 50 ml Sonnenblumenöl Salz

Für die Möhren:

2 Möhren 3 EL Butter 2 EL Amaretto
Chiliflocken Salz

Für die Mango-Mayonnaise:

1 Mango 3 Eier 1 TL Senf
100 ml Sonnenblumenöl Salz

Für das Surf and Turf:

Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Steak von beiden Seiten kräftig anbraten. Anschließend im Ofen auf eine Kerntemperatur von 57 Grad garen. Zum Schluss salzen.

Die Riesengarnelen von Kopf und Schale befreien und entdarmen. Von jeder Seite ca. 2 Minuten in der Pfanne braten und anschließend salzen.

Für die Kartoffelecken:

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Kartoffeln waschen, vierteln, in einer Schüssel mit Öl mischen. Salzen und für 25 Minuten in den Ofen geben.

Für die Möhren:

Möhren schälen und in Stifte schneiden. In Butter anbraten und mit Amaretto ablöschen. Mit Salz und Chiliflocken würzen.

Für die Mango-Mayonnaise:

Die Mango schälen und kleinschneiden. Eier trennen und das Eigelb mit dem Senf aufschlagen. Das Öl langsam einlaufen lassen und dabei weiter mixen. Zum Schluss die Mango dazugeben und untermixen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Anita Hartmann am 19. Juli 2018