

# Gefüllte Steak-Rolle, Spargel, Süßkartoffel-Püree

## Für zwei Personen

### Für die Steak-Rolle:

2 cm dickes, breites Flank-Steak	200 g Bacon	200 g Champignons
1 rote Paprikaschote	2 Zwiebeln	1-2 Knoblauchzehen
1 EL Knoblauchpulver	1 EL Paprikapulver	½ TL Rohrzucker
Muskatnuss	Öl	Salz
Pfeffer		

### Für das Süßkartoffelpüree:

4 Süßkartoffeln	1 EL Butter	50 ml Milch
1 TL Currypulver	1 TL Öl	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

### Für den Spargel:

6-8 Stangen grüner Spargel	Chiliflocken	1 TL Zucker
Öl	Salz	Pfeffer

### Für den Dip:

250 g Magerquark	2-3 TL Dijon-Senf	2 TL flüssiger Honig
Salz	Pfeffer	

## Für die Steak-Rolle:

Den Grill vorheizen.

Flank-Steak von der Seite vorsichtig einschneiden (nicht komplett), sodass eine Art Tasche entsteht. Die Innenseite des Fleisches mit Knoblauchpulver, Paprikapulver, Rohrzucker, Pfeffer und Öl einreiben.

Bacon würfeln. Knoblauch abziehen und fein hacken. Champignons und Paprika putzen, Paprika halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Zwiebeln abziehen. Champignons, Paprika und Zwiebeln in Streifen schneiden und in einer Pfanne in etwas Öl scharf anbraten. Knoblauch und Bacon hinzugeben und mitbraten. Alles mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Füllung in die eingeschnittenen Taschen des Steaks geben, das Steak rollen und mit Fleischnadeln fixieren. Fleischrolle auf dem Grill scharf anbraten und je nach Dicke des Fleisches für einige Minuten pro Seite grillen. Fleischrolle dabei so drehen, dass ein Grillmuster entsteht.

## Für das Süßkartoffelpüree:

Süßkartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. In einem Topf mit gesalzenem Wasser 15-22 Minuten kochen, bis die Kartoffelstücke weich sind. Dann abseihen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Milch mit Salz und Muskatnuss aufkochen und zu den Kartoffeln geben. Mit einem Schneebesen verrühren und mit Butter, Currypulver und Öl verfeinern.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Für den Spargel:

Spargelenden abschneiden. Chiliflocken, Zucker, Öl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren und die Spargelstangen mit der Marinade einpinseln. Spargel 4-6 Minuten pro Seite grillen.

## Für den Dip:

Magerquark, Senf und Honig in einer Schüssel verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fabio Inverso am 26. Mai 2022