

# Surf and Turf mit Ponzu-Kräuter-Butter, Thymian-Pommes

## Für zwei Personen

### Für das Surf & Turf:

2 Rinderfilets à 150 g                      2 Riesengarnelen                      Pflanzenöl, Salz

### Für die Thymian-Pommes:

3 dicke festk. Kartoffeln                      Öl                      4 Zweige Thymian  
Meersalz-Flocken

### Für den Spargel:

8 Stangen grüner Thai-Spargel                      Olivenöl                      Salz

### Für die Miso-Mayonnaise:

1 Ei                       $\frac{1}{2}$  Zitrone, 1 TL Saft                      1 TL Weißweinessig  
1 TL Miso-Paste                      200 ml Sonnenblumenöl                      Salz, Pfeffer

### Für die Ponzu-Kräuterbutter:

125 g Butter, Raumtemperatur                      1-2 Knoblauchzehen                      2 Zweige glatte Petersilie  
2 Zweige Thymian                      6 Stiele Schnittlauch                       $\frac{1}{2}$  Zitrone, 1 TL Saft  
2 EL Ponzu Würzsauce                      2 EL Olivenöl                      Salz, Pfeffer  
**Zur Fertigstellung:**                      2 EL Ponzu-Kräuterbutter

## Für das Surf & Turf:

Den Backofen auf 55 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Rinderfilet und Garnelen aus dem Kühlschrank holen und auf Raumtemperatur bringen. Fleisch von allen Seiten salzen. Pfanne auf voller Hitze vorheizen und etwas Öl hineingeben. Fleisch bei starker Hitze von jeder Seite 90 Sekunden scharf anbraten. Hitze um reduzieren und das Fleisch bis zum gewünschten Gargrad unter mehrmaligem Wenden weiterbraten. Mit dem Bunsenbrenner danach abflämmen. Im Anschluss bis zum Anrichten im Ofen ruhen lassen.

Garnele schälen, entdarmen und zur Seite legen.

## Für die Thymian-Pommes:

Fritteuse auf 160 Grad vorheizen. Je nach Größe 2-3 Kartoffeln waschen und in ca. 1cm breite Stifte schneiden. Stifte kalt abspülen und ordentlich trocken tupfen. Im Anschluss vorfrittieren und für 5 Minuten in die Fritteuse geben. Fritteuse auf 180 Grad einstellen. Sobald die Temperatur erreicht ist, die Stifte für 6-7 Minuten fertig frittieren und danach auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Zum Schluss in einer Schale mit Thymian und Salz würzen.

## Für den Spargel:

Spargel-Enden großzügig abschneiden. Etwas Olivenöl in eine Pfanne geben und den Spargel darin für etwa 3 Minuten scharf anbraten. Mit Salz abschmecken.

## Für die Miso-Mayonnaise:

Alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab mixen, bis die Masse steif wird. Anschließend kaltstellen.

## Für die Ponzu-Kräuterbutter:

Petersilie, Schnittlauch und den Thymian fein hacken und in eine Schale geben. Butter, ein Schuss Olivenöl, Zitronensaft und Ponzu hinzufügen.

Die Knoblauchzehen schälen und in die Menge pressen. Mit einem Handmixer verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kalt stellen.

## Zur Fertigstellung:

Ponzu-Kräuterbutter in eine Pfanne geben und Garnelen kurz darin schwenken.

Marius Zander am 13. Juni 2022