

Straußen-Steak mit Ratatouille und Thymian-Kartoffeln

Für 2 Personen

2 Straußenfiletsteaks a 120 g	200 g Kartoffeln	1 Zwiebel
1 Zucchini	1 kleine Aubergine	1 rote Paprika
1 grüne Paprika	1 gelbe Paprika	1 Knoblauchzehe
3 Strauchtomaten	100 ml Tomatensaft	1 Zweig Thymian
1 Zweig Oregano	1 TL Zucker	Pflanzenöl
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln putzen und ungeschält längs in Viertel schneiden. Die Thymianblätter abzupfen. In einer Schüssel Olivenöl, Salz und Thymianblätter vermengen, die Kartoffeln darin schwenken und im Backofen garen. Die Straußensteaks waschen, trockentupfen, salzen und pfeffern. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, darin die Steaks auf beiden Seiten kurz anbraten und im Backofen gar ziehen lassen. Die Tomaten vom Strunk befreien und kreuzweise einschneiden. Wasser zum Kochen bringen und die Tomaten darin blanchieren. Anschließend häuten und würfeln. Die Knoblauchzehe und die Zwiebel abziehen und kleinhacken. Die Oreganoblätter abzupfen und ebenfalls klein hacken. Die Zucchini und die Aubergine von den Enden befreien. Die Paprikas halbieren und je eine Hälfte von Kernen und Scheidewänden befreien. Alles in Würfel schneiden und in Olivenöl in einem Topf anbraten. Anschließend die Tomatenwürfel mit dem Tomatensaft, dem Knoblauch, der Zwiebel und dem Oregano in den Topf geben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Ganze für etwa zehn Minuten köcheln lassen. Das Ratatouille mit dem Straußensteak und den Thymian-Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Christine Schubert am 17. August 2011