

Rumpsteak unter Bärlauch-Kruste

Für 4 Portionen

4 Rumpsteaks à 200 g

Bärlauchkruste:

50 g Bärlauch

50 g Butter

2 Scheiben Toastbrot

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

2 Eigelb

Bratkartoffeln:

600 g Kartoffeln (festkochend)

50 g Speck (gewürfelt)

50 g Zwiebeln (gewürfelt)

100 ml Öl

Vinaigrette

16 Kirschtomaten

16 Oliven (entsteint)

16 Kapernäpfel

20 g Parmesan (gerieben)

20 ml Olivenöl

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

Steaks:

Backofen für die Rumpsteaks auf 180 Grad (Umluft) vorheizen. Die Rumpsteaks mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit heißem Olivenöl scharf anbraten. Von beiden Seiten jeweils 3 Minuten für ein Medium-Steak. Die angebratenen Rumpsteaks aus der Pfanne nehmen und auf ein Backblech legen. Jetzt kann das Fleisch einseitig mit der Bärlauchkruste gleichmäßig dünn bestrichen werden. Die Rumpsteaks im vorgeheizten Backofen circa 5 Minuten garen lassen, bis die Kruste goldbraun wird. Alles zusammen auf einem Teller anrichten.

Bärlauchkruste:

Bärlauch klein hacken, Butter weich werden lassen und das Toastbrot in kleinen Stücke schneiden. Anschließend werden die Toaststücke im Mixer zu Paniermehl gemixt. Alles zusammen in eine kleine Schüssel geben und mit zwei Eigelb vermischen. Die Masse abschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Bratkartoffeln:

Kartoffeln waschen und mit Schale fest kochen. Anschließend gründlich von der Schale befreien und am besten mit der Hand in Würfel brechen - oder falls sie noch zu heiß sind in Würfel schneiden. Anschließend Speck und Zwiebeln in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit heißem Olivenöl scharf anschwitzen.

Tipp:

Speck und Zwiebeln haben verschiedene Garzeiten und sollten deshalb in derselben Pfanne, aber zunächst getrennt voneinander angebraten werden. Abschließend Kartoffelwürfel dazu geben und goldbraun braten. Gelegentlich umrühren, damit nichts anbrennt.

Vinaigrette:

Zunächst die Kirschtomaten vierteln, Oliven und die Kapernäpfel halbieren. Das Gemüse mit dem geriebenen Parmesan, dem Olivenöl vermischen. Auch die Vinaigrette mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend ziehen lassen.

Frank Rosin am 17. September 2014