

Entrecôte, Barbecue-Soße, Römer-Salat, Süßkartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für das Entrecôte:

1 Entrecôte vom Black Angus Rind à 500 g	1 Zehe Knoblauch	3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian	2 EL Rapsöl	Salz

Pfeffer

Für die Barbecue-Sauce:

$\frac{1}{2}$ Zitrone	100 ml Cola	1 EL Tomatenketchup
$\frac{1}{2}$ EL dunkler Balsamico-Essig	$\frac{1}{2}$ EL Apfelessig	$\frac{1}{2}$ EL Worcester-Sauce
$\frac{1}{2}$ EL gesüßter Dijon-Senf	$\frac{1}{2}$ EL flüssiger Honig	Chilipulver
Cayennepfeffer	mildes Currypulver	edelsüßes Paprikapulver
Hickory-Rauchsalz	Pfeffer	

Für den Römersalat:

2 Römer-Salate	75 g Butter	75 ml Gemüsefond
Rapsöl	Salz	

Für das Süßkartoffel-Püree:

2 Süßkartoffeln	Butter, nach Belieben	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Für das Fleisch Entrecôte kalt abbrausen, trockentupfen und salzen. Knoblauch abziehen und andrücken. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Öl erhitzen, Fleisch mit Knoblauch, Thymian und Rosmarin scharf anbraten. Auf einem Gitter im Ofen garen, bis eine Kerntemperatur von etwa 54 Grad Celsius erreicht ist. Vor dem Servieren mit Pfeffer würzen. Für die Barbecue-Sauce Cola in einem Topf reduzieren lassen. Zitrone auspressen. Cola mit Zitronensaft, Tomatenketchup, dunklem Balsamico-Essig, Apfelessig, Worcester-Sauce, Dijon-Senf und Honig vermengen. Mit den Gewürzen abschmecken.

Für den Römersalat Salatherzen vierteln, waschen und gut abtropfen lassen. In einer Grillpfanne mit Öl scharf anbraten. Butter und Gemüsefond hinzugeben, emulgieren lassen, mit Salz abschmecken und für circa fünf Minuten schmoren.

Für das Süßkartoffel-Püree Süßkartoffeln schälen, würfeln, in einen Topf mit kaltem Wasser und Salz geben und zum Kochen bringen. Gegarte Süßkartoffeln abgießen, durch ein Sieb passieren, mit Butter vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Muskatnuss abschmecken. Zum Anrichten in einen Spritzbeutel füllen und mit einer Sterntülle dressieren.

Entrecôte mit Barbecue-Sauce, geschmortem Römersalat und Süßkartoffel-Püree auf Tellern anrichten und servieren.

Nelson Müller am 03. Juni 2016