

T-Bone-Steak (Fiorentina) mit Rosmarin-Kartoffeln

Für vier Personen

Fiorentina:

1 T-Bone-Steak, ca. 2 Kg	50 ml Olivenöl	50 g Butter
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	2 Zehen Knoblauch

Pfeffer, Meersalz, Salz

Barolosoße:

4 Schalotten	40 g Butter	0,5 TL Rotweingewürz
2 Zweige Rosmarin	200 ml Rotwein	100 ml Portwein

400 ml Kalbsfond, dunkel Pfeffer, Salz

Rosmarinkartoffeln:

200 g Kartoffeln, klein	8 Zehen Knoblauch, jung	2 EL Olivenöl
-------------------------	-------------------------	---------------

2 Zweige Rosmarin Pfeffer, Salz

Bohnensalat:

100 g Saubohnenkerne	100 g Keniabohnen	100 g Zuckerschoten
100 g Gradoli	4 Tomaten	1 Schalotte
1 Zehe Knoblauch	4 Zweige Bohnenkraut	5 EL Olivenöl

2 EL Sherryessig Pfeffer, Salz

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Fiorentina:

Das Fleisch leicht salzen in von allen Seiten in Olivenöl scharf anbraten. Das Olivenöl abgießen. Butter, Rosmarin, Thymian und zerdrückte Knoblauchzehen dazugeben. Im vorgeheizten Backofen circa 20 bis 25 Minuten garen. Die Kerntemperatur sollte 50 bis 55 Grad betragen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und am Herdbrand, zugedeckt zehn Minuten ruhen lassen.

Barolosoße:

Die Schalotten schälen, fein würfeln und in der Butter glasig anschwitzen. Das Rotweingewürz mit den Rosmarinzweigen dazu geben, alles mit dem Rot- und Portwein ablöschen. Fast sirupartig einkochen lassen. Mit dem Kalbsfond auffüllen und nochmals bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen. Durch ein feines Sieb passieren und gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer abschmecken. Warm halten. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Rosmarinkartoffeln:

Die Kartoffeln halbieren und mit der Schnittfläche nach unten goldgelb anbraten. Die Knoblauchzehen und Rosmarinnadeln dazugeben und im vorgeheizten Backofen circa 15 Minuten garen. Salzen und pfeffern.

Bohnensalat:

Die Saubohnenkerne aus den Häutchen palen. Die Keniabohnen und Zuckerschoten putzen und waschen. Die beiden Bohnensorten und die Zuckerschoten nacheinander in kochendem Salzwasser bissfest blanchieren. Abgießen, in gesalzenem Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die weißen Bohnen in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Tomaten überbrühen, kalt abschrecken und häuten. Die Tomaten vierteln, entkernen und in spalten schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Das Bohnenkraut waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. In einer Pfanne einen Teelöffel Olivenöl erhitzen, die Schalotten- und Knoblauchwürfel darin andünsten. Den Essig, das restliche Olivenöl, Schalotten- und Knoblauchwürfel zu einer Vinaigrette verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Bohnen, Zuckerschoten und Tomaten mit der Vinaigrette in einer Schüssel mischen und gegebenenfalls nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Bohnenkraut erst kurz vor

dem Servieren unterheben. Das Fiorentina mit Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen, vom Knochen lösen und in Scheiben aufschneiden. Mit den Rosmarinkartoffeln, dem Bohnensalat und der Soße servieren.

Cornelia Poletto am 14. September 2012