

Rinder-Steak, Espresso-Pfeffer mariniert, Ofenkartoffeln

Für 4 Portionen

1 Tl Schwarze Pfeffermischung	1 Tl Espressobohnen	4 Rindersteaks, (180 g)
30 ml Olivenöl	2 Knoblauchzehen	2 Rosmarinzweige
200 g Perlzwiebeln	50 g Zucker	300 ml Rotwein
100 ml Aceto balsamico	1 Lorbeerblatt	300 g Kartoffeln, festk.
30 ml Olivenöl	2 Knoblauchzehen	1 Rosmarinzweig
Kalahari Salz	Pfeffer	

Pfeffermischung und Espresso in einem Mörser zerstoßen. Die Rindersteaks mit Olivenöl einstreichen und großzügig mit dem Espresso- Pfeffer bestreuen.

Die Steaks im heißen Olivenöl von beiden Seiten 2 Minuten anbraten, im 120°C heißen Backofen 5-8 Minuten fertig garen. Anschließend 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Zwiebeln den Zucker in einem Topf karamellisieren, Zwiebeln zugeben, darin anschwitzen, mit Rotwein und Balsamico ablöschen.

Lorbeer zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebeln bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce sirupartig wird.

Die Kartoffeln mit einer Bürste gründlich säubern, abtrocknen und halbieren oder in dicke Scheiben schneiden. Knoblauch und Rosmarin grob hacken, mit dem Olivenöl unter die Kartoffeln mischen. Alles auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und bei 180 °C etwa 20 Minuten goldbraun backen. Anschließend mit grobem Salz würzen.

Rindersteaks und die Zwiebeln mit dem Sud auf Tellern anrichten und mit den Kartoffeln servieren.

Johann Lafer am 30. November 2020