

Bratkartoffeln mit Rumpsteak

Für 2 Portionen

400 g Rumpsteak	4 rohe Kartoffeln	1 TL Senf
2 Zwiebeln	Salz	Pfeffer
Petersilie	gegebenenfalls Kapern	Butter
Öl		

Das Fett an der Seite des Rumpsteaks einschneiden und im Folgenden das Steak mit einem Klopfer plattklopfen. Nun das Steak an seiner Oberseite kästchenartig leicht einschneiden. Diese Seiten mit Senf einstreichen. Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und auf dem Steak verteilen. Noch kräftig pfeffern und etwas salzen. Mit Klarsichtfolie das Steak bedecken und nochmals plattklopfen. Nun das Rumpsteak mit der beschmierten Seite nach unten in eine heiße Pfanne legen. Die Rückseite dann nochmal würzen. Nach kurzem Anbraten das Steak wenden und die Pfanne bei 90 Grad in den Ofen schieben.

Zu den Bratkartoffeln:

alternativ zu rohen Kartoffeln können auch Pellkartoffeln vom Vortag genommen werden. Diese schälen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben bei mittlerer Hitze in der Pfanne anbraten und zwischendurch schwenken. Für einen intensiveren Geschmack etwas gehackte Zwiebel an die Bratkartoffeln geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Fein gehackte Petersilie und Kapern zugeben. Ist das Steak fertig gegart, dieses aus dem Ofen nehmen und in mundgerechte Scheiben schneiden. Für das restliche Anrichten auch die Bratkartoffeln auf den Teller legen und die Rumpsteak-Scheiben mit Salz und Pfeffer leicht bestreuen.

Steffen Henssler am 29. 09. 2011