

# Rumpsteak mit einer Kräuterkruste, dazu gratinierte Sahnekartoffeln

## Zutaten

- Rumpsteak ca. 160-180 g
- Olivenöl zum Braten

Für die Kruste:

- Geriebenes Toastbrot
- Flüssige Butter
- Verschiedene Kräuter (Petersilie, Thymian, Rosmarin)
- Salz, Pfeffer
- Zitronensaft
- Knoblauch

Sahnekartoffeln:

- Festkochende Kartoffeln
- Sahne, Milch im Verhältnis 2/3 : 1/3
- Salz, Pfeffer, Muskat
- Knoblauch fein geschnitten

## Zubereitung

Die Kartoffeln werden geschält und mit einer Maschine, einer Reibe oder mit der Hand in dünne Scheiben geschnitten.

Die geschnittenen Kartoffeln werden in einen Topf mit Sahne 2/3 und Milch 1/3 bedeckt (Bild 1). Das ganze mit Salz, Pfeffer, Muskat und Knoblauch abschmecken. Die Sahne sollte leicht salzig schmecken, da die Kartoffeln ungewürzt sind und erst beim Kochen die Gewürze aufnehmen.

Ca. 2-3 Minuten köcheln lassen und dann vom Herd nehmen und gar ziehen lassen und bis die Kartoffeln erkaltet sind. Portionsweise füllt man ein Schälchen ab, erwärmt es, bedeckt es mit geriebenem Parmesan oder Gran Padano und überbackt es mit Oberhitze (volle Energie). Danach servieren.

Für die Kruste wird vom Toastbrot die Rinde entfernt, in einer Moulinette fein gerieben und in eine Schüssel gegeben. Die flüssige Butter wird dazugegossen (im Kochkurs hatten wir ein ganzes Toastbrot und 250 g Butter, das reichte für mehr als 9 Steaks). Die Kräuter werden fein gehackt, der Knoblauch in feine Würfel geschnitten. Kräuter, Knoblauch, Salz, Pfeffer und Zitronensaft werden dazugegeben und alles gut miteinander verknetet.

Die Rumpsteaks (Bild 2) werden mit Salz und Pfeffer gewürzt und in heißem Olivenöl auf beiden Seiten kurz angebraten (ca. 20 Sekunden). Anschließend werden sie in der Pfanne bei 180 Grad für 7 Minuten in den Backofen gestellt. Dann nimmt man die Pfanne aus dem Ofen und gibt sorgfältig die Kruste darauf. Die Kruste soll die Oberfläche des Steaks vollständig bedecken und ca. 3 mm dick sein. Nun schiebt man die Pfanne wieder unter den Grill, solange, bis die Kruste Farbe angenommen hat.

Zum Anrichten gibt man von den Sahnekartoffeln auf den Teller und legt das Rumpsteak dazu.

Anmerkungen: Das Fleisch kann man ohne weiteres vor dem Braten würzen, da es sofort in die Pfanne kommt. Es wird nur dann zäh, wenn man das gewürzte Fleisch nicht sofort weiterverarbeitet.

Hat man ein nicht so zartes Stück Fleisch erwischt, kann man es mit durch Papaya zart bekommen. Dazu hackt man reichlich Papaya, ähnlich wie einen Brei. Diesen gibt man über das Fleisch. Es sollte vollkommen bedeckt sein. Man stellt es dann für ca. zwei Nächte in den Kühlschrank.

Das Fleisch verändert natürlich auch seinen Geschmack. Mit argentinischem Rindfleisch macht man nie einen Fehler. Deutsches Jungbullenfleisch oder Almochse sind ebenfalls absolut Klasse, kosten aber auch mehr.

Will man das Fleisch ohne Kruste machen, lässt man es 10 Minuten (statt 7 Minuten) im Ofen. Dann ist es fertig. Die Zeiten beziehen sich auf Steak von ca. 160-180 g. Hat man dünnere Steaks, verringert sich die Garzeit.

Ist von der Krustenmasse etwas übrig geblieben, stellt man sie in den Kühlschrank. Wenn man sie wieder benötigt, erwärmt man sie kurz in der Mikrowelle oder im Wasserbad. Wenn sie nämlich kalt ist, ist die Butter hart und die Masse lässt sich nicht gut auf die Steaks verteilen.



**Bild 1**



**Bild 2**