

Amerikanisch:

Steak mit Kartoffelpüree und Caesar Salad

Steak

- 600-800 g Rinderfilet
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL Butter
- 2 Rosmarinzweige
- 2 Knoblauchzehen



Kartoffelpüree

- 400 g mehligere Kartoffeln
- 100 g Butter
- 100 ml Milch
- Salz
- Muskatnuss

Caesar Salad

- 1 Eisbergsalat
- 4 EL Apfelessig
- 2 EL Honig
- 1 EL Senf
- 150 g Sauerrahm
- 50 g geriebener Parmesan
- 3 EL Schnittlauch
- Cayennepfeffer

Steak

Für ein perfektes Steak verwendet man das Mittelstück eines Rinderfilets. Filetkopf und Filetspitze (beide Enden) werden weggeschnitten. Mit einem Messer vorsichtig die zähe Silberhaut entfernen. Das Filetmittelstück in jeweils 5-7 cm dicke Scheiben schneiden. Jede Scheibe auf beiden Seiten salzen und pfeffern, und danach in eine heiße Pfanne mit Öl legen.

Knoblauchzehen schälen, einmal mit der Handfläche zerdrücken und gemeinsam mit zwei Rosmarinzweigen zu den Steaks hinzufügen. Die Steaks auf beiden Seiten scharf anbraten. Wenn beide Fleischseiten braun angebraten sind, Butter in der Steakpfanne zergehen lassen und das Fleisch darin schwenken.

Die Garstufen

Bei Steaks gibt es drei Standard-Garstufen: rare, medium und well done.

Um die Garstufe zu prüfen, gibt es einen praktischen Test:

Ist das Steak „rare“ (also innen noch blutig), fühlt es sich sehr weich an – etwa so, wie die Haut an der Backe.

„Medium“ (also ein halb durchgebratenes Steak) ist etwas fester – ähnlich wie die Nasenspitze.

Ist es „well done“ (zur Gänze durchgebraten), dann ist das Steak hart wie die Stirn.

Für ein Medium-Steak in dieser Größe müssen die Steaks etwa 10 Minuten bei 150°C ins Backrohr.

Kartoffelpüree

Kartoffeln kochen und im heißen Zustand schälen (am besten nimmst du dir dafür ein Küchentuch, damit du dich nicht verbrennst). Die weichen Kartoffeln dann mit einer Teigkarte durch ein Sieb drücken, sodass die dünnen Kartoffelfäden in einer Schüssel landen.

Kalte Butter, Milch und Salz hinzufügen sowie etwas Muskatnuss dazu reiben. Das Püree zum Schluss nochmal in einem Topf auf dem Herd erhitzen und gut durchmischen.

Caesar Salad

Senf und Honig in eine Salatschüssel leeren. Apfelessig, geriebenen Parmesan und eine Prise Cayennepfeffer (Achtung, sehr scharf) dazu fügen und alles gut verrühren. Für die cremige Konsistenz Sauerrahm dazu mischen.

Den Eisbergsalat mit den Fingern in die Schüssel zu dem Dressing reißen. Als Garnierung gehackten Schnittlauch darüber streuen.

Mit dem Salatbesteck umrühren und darauf achten, dass jedes Salatblatt gut mit der Marinade benetzt ist.