

Rumpsteak mit Pilzsauce und Pommes frites



Zutaten für 2-3 Personen:

1 Rumpsteak (ca. 350 g)
Steakpfeffer

1 EL Olivenöl

Pilzsauce:

250 g Champignons (brutto)

1 EL Olivenöl

100-150 ml Sahne

1 TL Gemüsebrühpulver

eine Prise Paprika rosenscharf

eine Prise Cayennepfeffer

50 ml trockener Weißwein
(optional, zum Lösen von
Bratensatz)

Pommes frites:

1 Suppenteller Pommes frites
(TK)

Frittieröl

1. Rumpsteak ca. 30
Minuten vor dem Braten
aus der Kühlung nehmen
und zimmerwarm werden
lassen.

2. Backofen auf 130°
vorheizen. Einen Rost in
die mittlere Stellung
einschieben, darunter ein
mit Alufolie ausgelegtes
Backblech als Fettpfanne.

3. Rumpsteak salzen und
auf beiden Seiten je ca. 90
Sekunden bis 2 min
braten, dann im Backofen
in ca. 25 min fertig garen.
Das Rumpsteak sollte
innen noch rosa sein.

4. Auf der Pilzsauce
anrichten und mit Steak-
pfeffer würzen.

Pilzsauce:

1. Champignons putzen
und in Scheiben schnei-
den. In wenig Olivenöl in
einer beschichteten
Pfanne auf beiden Seiten
anbraten.

2. Gemüsebrühpulver in
die Sahne einrühren, die
Champignons ablöschen
und das Ganze etwas
köcheln lassen, aber nicht
zu stark einköcheln. Mit
Rosenspaprika scharf und
Cayennepfeffer würzen.

3. Bratensatz vom
Rumpsteak mit Wein
ablöschen und unter-
rühren.

Hinweise:

Erstanregung Restaurant
Marin in Starigrad, Kroatien
im September 2012.

Als Garnitur Tomatenfilets
verwenden. Optional das
Ganze mit sehr fein
gehackter Petersilie
bestreuen, wie in Kroatien
oft üblich.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25
min, Gesamtzeit ca. 65
min, Hauptspeisen, Fleisch,
Rind, kroatisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 28.08.2018