

Picanha mit Chimichurri-Dip und Süßkartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für das Picanha:

400 g Tafelspitz mit Fettdeckel	Butterschmalz	1 TL grobes Meersalz
Pfeffer		

Für den Chimichurri-Dip:

1 Knoblauchzehe	100 ml griech. Joghurt	2 EL Rotweinessig
$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	2 Zweige Oregano	$\frac{1}{2}$ EL Chiliflocken
1 EL Zwiebelgranulat	100 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Süßkartoffelstampf:

300 g Süßkartoffeln	2 Knoblauchzehen	1 Zitrone, Frucht
40 g Butter	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur: Petersilie

Für das Picanha:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Pfanne auf starke Hitze vorheizen und Butterschmalz in die Pfanne geben.

Fettdeckel des Fleisches auf eine Stärke von 2-3 mm herunterschneiden und kreuzweise einschneiden. Die Fettseite mit Salz großzügig einreiben.

Darauf achten, dass das Salz auch in die Einschnitte kommt. Picanha in Streifen von 4-5 cm Breite schneiden.

Picanha von allen Seiten in der heißen Pfanne 2 Minuten scharf anbraten. Hierbei die Fettseite als letztes anbraten. Die Fettseite so lange anbraten, bis das Fett knusprig ist. Anschließend Picanha in den Backofen geben.

Vor dem Servieren aus dem Backofen nehmen und kurz ruhen lassen.

Zum Servieren in 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit Pfeffer würzen.

Für den Chimichurri-Dip:

Petersilie und Oregano sehr fein hacken. Knoblauch abziehen und in einer Rührschüssel über die gehackte Petersilie-Oregano-Mischung pressen. Zwiebelgranulat, Chiliflocken, Rotweinessig und Olivenöl dazugeben und alles verrühren. Anschließend Joghurt dazugeben und ebenfalls verrühren. Im letzten Schritt mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Süßkartoffelstampf:

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Süßkartoffeln schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zitrone in Scheiben schneiden.

Knoblauch abziehen und plattdrücken. Zitronenscheiben und Knoblauch in einen Dampfaufsatz legen und darauf die Süßkartoffelscheiben platzieren. Den Dampfaufsatz auf den Topf mit kochendem Wasser geben und alles für 12-15 Minuten dämpfen.

Die weichen Süßkartoffeln aus dem Dampfaufsatz nehmen und in eine Schüssel geben. Butter hinzufügen und alles, z.B. mit einer Gabel, zu einem Stampf verarbeiten. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Petersilie kleinzupfen und das Gericht damit garnieren.

Christian Luckas am 07. April 2025