

Rinder-Steak mit Burgunder-Senf und Wurzel-Gemüse-Sud

Für 2 Personen

1 Zwiebel	80 g Karotte	80 g Petersilienwurzel
80 g Lauch	8 Champignons	8 kleine Kartoffeln
2 EL Korianderkörner	1 TL rote Pfefferkörner	1 TL getr. grüne Pfefferkörner
1 TL schwarze Pfefferkörner	2 Zweige Thymian	2 Knoblauchzehen
6 EL Olivenöl	400 g Rindersteak	2 Zweige Rosmarin
1 Lorbeerblatt	2 Stück Würfelzucker	300 ml Spätburgunder
1/2 EL Zucker	20 ml Cassismark	2 EL Dijonsenf
Cayennepfeffer	50 ml weißer Balsamico	500 ml Rinderfond
1/2 Bund Schnittlauch		

Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Zwiebel, Karotte und Petersilienwurzel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Pilze putzen. Die Kartoffeln schälen und jeweils in 3 gleichgroße Stücke schneiden. Korianderkörner in einer Pfanne ohne kurz rösten, dann zusammen mit roten, grünen und schwarzen Pfefferkörnern in einen Mörser geben und fein zerdrücken. Thymian abspülen, trocken schütteln und 1 Zweig fein schneiden. Knoblauch schälen, eine Zehe fein schneiden und mit geschnittenem Thymian, 2 EL Olivenöl und der Pfeffermischung vermischen. Das Fleisch in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl kurz von beiden Seiten anbraten, dann mit der Pfeffer-Ölmischung einreiben und auf einem Backblech im vorgeheizten Ofen rosa garen. Aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Zwiebel in einem Schmortopf mit 3 EL Olivenöl anschwitzen. Karotte, Petersilienwurzeln Lauch, Kartoffeln und Pilze zugeben. Thymian-, 1 Rosmarinzweig, Lorbeerblatt, Würfelzucker und eine geschälte Knoblauchzehe zugeben und zugedeckt ca. 10 Minuten sachte schmoren. Für den Burgundersenf 1 Rosmarinzweig abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Wein und Zucker in einen Topf geben und nahezu einkochen lassen. Dann das Cassismark zugeben und aufkochen. Senf und Rosmarin untermischen und gut verrühren. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Gemüse im Schmortopf Balsamico zugeben, mit Rinderfond auffüllen und köcheln lassen, bis alle Gemüse weich sind. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Gemüsesud abschmecken und Schnittlauch untermischen. Den Gemüsesud in tiefen Tellern anrichten, das Fleisch in Scheiben aufschneiden und auf das Gemüse legen, den Burgundersenf auf das Fleisch streichen und servieren.

Jörg Sackmann Dienstag, 18. Oktober 2011