

Rumpsteak mit Bratkartoffeln, Karotten, Rote Bete

Für 3 Personen:

Rumpsteak:

600 g Rumpsteak am Stück	600 g Kartoffeln	600 g Karotten
3-4 Knollen Rote Bete	1-2 weiße Zwiebeln	Sonnenblumenöl
Butter, Balsamico	2 Zweige Thymian	Petersilie
Schnittlauch	Basilikumblätter	3-4 Knoblauchzehen
Zucker, Salz, Pfeffer		

Rumpsteak von Sehnen befreien.

Die Fettseite vorsichtig in einem Karomuster einritzen.

Auf der Fettseite gut 2 Minuten in Sonnenblumenöl scharf anbraten, wenden, weiterbraten und immer wieder mit Bratfett überschütten.

Bratgitter aus dem Ofen auf Fettwanne legen, das Rumpsteak auf dem Gitter platzieren und im vorgeheiztem Ofen bei 120 Grad 20 Minuten weitergaren.

Währenddessen mit einem gutem Esslöffel Butter den Bratensatz aus der Bratpfanne, in dem das Rumpsteak angebraten wurde, lösen und einmal aufschäumen lassen. 1-2 Thymianzweigen, etwas Oregano, 2-3 angedrückte Knoblauchzehen dazugeben und leicht braun werden lassen.

Fleisch vor dem Servieren aus dem Ofen holen, mit der braunen Butter übergießen und 10 Minuten ruhen lassen.

Bratkartoffeln:

Kartoffeln schälen, in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden, etwa 7 Minuten in Salzwasser kochen, bis sie zu 70aus dem Wasser heben und auf Küchentüchern gut ausdampfen lassen. Ausgekühlte Kartoffeln in reichlich Sonnenblumenöl anbraten und möglichst wenig wenden, damit sie nicht zerfallen.

Zwiebeln und Knoblauch in feine Würfel schneiden, erst am Ende der Bratzeit der Kartoffeln dazugeben.

Wenn fertig gebraten, Kartoffeln leicht pfeffern, mit gehackter Petersilie und Schnittlauch bestreuen.

Karotten:

Karotten schälen und im Ganzen in einer Pfanne mit einer Prise Zucker in Butter goldbraun anbraten; mit etwas Kartoffelwasser ablöschen.

Etwa 10 Minuten ziehen lassen, bis die Karotten bissfest, aber nicht weich sind.

Rote Bete:

Rote Bete schälen und in feine Würfel schneiden.

Einen guten Esslöffel Butter in einem kleinen Topf schmelzen lassen und Rote-Bete-Würfel darin anschwitzen, mit Salz, Zucker und Balsamico abschmecken.

Einen Zweig Thymian hinzugeben und 10 Minuten mitköcheln lassen.

Kurz vor dem Servieren mit einem Esslöffel kalter Butter binden, aber nicht mehr aufkochen lassen.

Anrichten:

Das Fleisch in Scheiben aufschneiden.

Bratkartoffelscheiben kreisförmig in der Mitte des Tellers platzieren, aufgeschnittenes

Steak darüber legen, leicht nachpfeffern und mit der braunen Butter aus der Bratpfanne beträufeln.

Karotten in längliche Stücke schneiden und abwechselnd mit der Rote Bete kreisförmig um die Kartoffeln legen.

Nach Geschmack mit frischen Basilikumblättern garnieren.

Ali Güngörmüs am 09. Januar 2025