

Hüftsteak mit Backtomate und Spaghetti

Für 2 Portionen

50 g Paniermehl	50 ml Olivenöl	200 g Spaghetti
25 g Walnüsse	400 g argent. Hüftsteak	2 große Tomaten
4 Knoblauchzehen	1 Stengel Petersilie	50 g Kräuterbutter

Die gehackten Knoblauchzehen, 15 ml Olivenöl, Paniermehl, etwas Salz und Pfeffer und die Petersilie zusammen mischen sodas eine feste Farce entsteht.

Die Tomaten halbieren und in eine, mit Backpapier ausgelegte, Auflaufform geben.

Die Farce auf die Tomaten geben und bei 200 Grad für etwa 20 Minuten backen. Die Tomaten sind fertig wenn die Farce eine braune Kruste gebildet hat.

Spaghetti nach Anleitung al dente kochen.

Walnüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten. Beiseite stellen.

Etwa 10 Min. bevor die Tomaten aus dem Ofen kommen, ein Pfanne mit 1 EL. Olivenöl stark erhitzen. Das Hüftsteak abtupfen, in der heißen Pfanne je 3 Minuten von jeder Seite Medium braten. Aus der Pfanne nehmen und ruhen lassen, bis die Beilagen auf den Tellern sind, erst dann würzen.

Spaghetti abgießen, etwas Kochwasser im Topf belassen und die wieder hinein geben. Mit den italienischen Kräutern, dem restlichen Olivenöl schwenken und mit Salz abschmecken.

Die Spaghetti auf dem Teller platzieren, die Tomaten dazu geben und das Steak positionieren. Die Spaghetti mit den Nüssen überstreuen und das Steak mit 2 Scheiben Kräuterbutter belegen.

Christian Henze am 29. November 2025