

Sören Anders Rib-Eye-Steak mit Café de Paris-Butter

Freitag, 14. Juni 2024
Rezept für 4 Personen

Dauer: über 4 Stunden
Schwierigkeitsgrad: leicht
Feine Küche

Zutaten:

Für die Butter:

2 Stängel	glatte Petersilie
2 Stängel	Estragon
2 Stängel	Dill
1/2 Bund	Schnittlauch
1	Bio-Orange
2	Sardellenfilets, eingelegt
2 TL	Kapern
125 g	weiche Butter
1 TL	Tomatenketchup
1 TL	Senf
1 Spritzer	Weinbrand
1 Spritzer	Worcestershiresauce
etwas	Currypulver
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
30 g	Sahne



Für die Kartoffeln:

400 g	kleine Kartoffel (z. B. Drillinge oder Grenaille)
2	Knoblauchzehen
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
100 ml	Olivenöl

Für das Fleisch:

4	Rib Eye Steaks (à ca. 300 g)
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
3 EL	Pflanzenöl zum Anbraten

Zubereitung:

1. Für die Butter Petersilie, Estragon, Dill und Schnittlauch abspülen, trockenschütteln und fein schneiden.
2. Die Orange heiß abwaschen, abtrocknen und ca. 1 TL Schale dünn abreiben.
3. Sardellen und Kapern ebenfalls fein hacken.
4. Kräuter, Orangenabrieb, Sardellen und Kapern mit der weichen Butter gut verrühren. Mit Ketchup, Senf, Weinbrand, Worcestershiresauce, Curry, Salz und Pfeffer würzen. Am besten über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen, mindestens 4 Stunden.
5. Dann die Butter wieder aus dem Kühlschrank nehmen.
6. Für die Kartoffeln den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
7. Kartoffeln gründlich waschen, halbieren und in eine ofenfeste Form legen.
8. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Rosmarin und Thymian abspülen, trockenschütteln und die Nadeln bzw. Blättchen von den Stielen zupfen.
9. Kräuter, Knoblauch, Salz, Pfeffer und 100 ml Olivenöl mischen, über die Kartoffeln träufeln. Im heißen Backofen ca. 40 Minuten garen.

10. Für die Würzbutter die Sahne mit einem Schneebesen leicht anschlagen und unter die Würzbutter rühren.

11. Die Steaks mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Bratöl in einer Pfanne erhitzen. Steaks darin von beiden jeweils 2 Minuten braten. Dann auf ein Backofengitter legen und im 165 Grad heißen Backofen ca. 6 Minuten weiter garen.

12. Die Würzbutter nochmals mit dem Schneebesen gut aufschlagen, das Bratfett aus der Pfanne unterrühren und die Butter abschmecken.

13. Die gegarten Steaks aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren 2 Minuten ruhen lassen.

14. Die Steaks anrichten, die Würzbutter darüber geben und die Kartoffeln dazu reichen.

Pro Portion: 1050 kcal/ 4380 kJ

15 g Kohlenhydrate, 70 g Eiweiß, 78 g Fett