

Rindersteak

mit Kräuterkruste, Rosmarin-
kartoffeln und Kräuterbutter

rewe.de/landfrauen-on-tour

Entdecke
online unsere
Kochvideos



REWE



BBV
Bildungswerk



Bayerischer
Bauernverband

Wir Landfrauen!

Landfrauen - verbindet - seit 1971

REWE
Dein Markt

Zutaten für 4 Personen

Rosmarinkartoffel:

500 g kleine Kartoffeln
(je nach Saison z. B. Frühkartoffeln)
4 Knoblauchzehen
4 Schalotten oder Frühlingszwiebeln
1 Bund Rosmarin
ca. 3 EL Rapsöl
1 EL grobes Salz
1 Tasse Wasser

Kräuterbutter:

100 g Butter
2–3 EL gehackte oder geschnittene
Kräuter (z. B. Petersilie, Rosmarin, Dill)
1 Knoblauchzehe, gehackt
Salz und Pfeffer aus der Mühle
1 Prise Paprika edelsüß

Kräuterkruste :

1 Bund Kräuter (Rosmarin, Thymian,
Petersilie und etwas Liebstöckel)
1–2 Toastscheiben
30 g Emmentaler Käse
2–3 EL Rapsöl
1 Knoblauchzehe
1 TL scharfer oder Dijon-Senf
1–2 EL Zitronensaft
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Steak:

4 Rinderfilets (à 200–250 g)
50 g Butterschmalz oder Rapsöl
für die Pfanne
1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer
aus der Mühle
12 Kirschtomaten



Zubereitung

Kartoffeln

1. Das Öl in einem Topf erhitzen und die gewaschenen Kartoffeln mit der Schale darin rundherum anbraten.
2. Knoblauchzehen und Schalotten schälen, die Schalotten vierteln. Beides zu den Kartoffeln geben und mitbraten. Den Rosmarin dazulegen, das grobe Salz darüberstreuen und gut durchrühren. Das Wasser dazugeben und mit geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen.

Kräuterbutter

1. Weiche Butter schaumig schlagen und mit den Kräutern und Gewürzen verrühren. Fertig!

Kräuterkruste

1. Alle Zutaten in einen Rührbecher geben und mit dem Pürierstab zu einer sämigen Masse mixen.
2. Falls die Paste zu flüssig ist, diese mit Semmelbröseln eindicken.

Tipp Kräuterbutter: Im Kühlschrank aufbewahrt ist die Butter bis zu drei Wochen haltbar. Sie kann auch in Portionen eingefroren werden.

Steaks

1. Das Fleisch frühzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und den Ofen auf 100 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
2. Das Butterschmalz oder das Öl in einer Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Je nach Gargrad die Steaks darin von jeder Seite etwa 2–3 Minuten scharf anbraten.
3. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen einige Minuten ruhen lassen.
4. Vor dem Servieren etwas Kräuterbutter auf das Rindersteak geben.
5. Alternative mit Kräuterkruste: Die Kräutermasse ca. einen halben Zentimeter dick auf das gebratene Fleisch streichen und bei 200 °C Umluftgrill für ca. 5–7 Minuten in den Ofen geben.

Achtung: Die Kruste nicht zu braun werden lassen.

Tipps zum Steak:

Für ein saftiges Rindersteak eignen sich Ribeye, Hüfte, Filet und Entrecôte. Bei einer Steakdicke von ca. 3 cm ist das Fleisch nach 2 Minuten rare, nach 3–4 Minuten medium und nach 4–6 Minuten durchgebraten.