

Gegrilltes Rumpsteak in Whiskysauce mit Kürbisstampf und Champignons



Dieses Mal gibt es die Steaks rare, also innen noch blutig. Gewürzt wird nur mit Steakpfeffer, der ja immer auch noch Salz enthält. Also kleine Beilage zu den Steaks gibt es Champignons und Schalotten.

Und als eigentliche Gemüsebeilage einen leckeren Kürbisstampf mit viel Butter und einigen Gewürzen – passend zur derzeitigen Kürbissaison.

Für 2 Personen:

- 2 Rumpsteaks à 300 g
- 6 große, weiße Champignons
- 2 Schalotten

- Scotch-Whisky
- Steakpfeffer
- Salz
- Butter
- Kräuterbutter
- 1 kleiner Hokkaidokürbis
- Pfeffer
- Muskatnuss
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.



Kürbis putzen, in kleine Würfel schneiden und in kochendem Wasser 10 Minuten garen. Kochwasser abschütten. Mit dem Stampfgerät grob zerstampfen. Eine große Portion Butter unterheben. Mit Salz, Pfeffer, geriebener Muskatnuss und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen. Warmhalten.

Rumpsteaks auf beiden Seiten mit dem Steakpfeffer würzen.

Champignons in feine Scheiben schneiden. In eine Schale geben.

Schalotten putzen, schälen, kleinschneiden und ebenfalls in die Schale geben.

Butter in einer Grillpfanne erhitzen und Gemüse darin kurz andünsten. An den Rand der Pfanne verschieben.

Steaks auf jeder Seite eine Minute angrillen. Dann mit einem guten Schluck Whisky ablöschen. Mit einem Deckel zudecken und Steaks nochmals 2–3 Minuten im Whisky garen. Sollte der Whisky zu schnell verkochen, einfach noch etwas nachgießen.

Gemüse leicht salzen.

Kürbisstampf auf zwei Teller verteilen. Jeweils ein Steak dazugeben. Gemüse zum Steak geben. Jeweils zwei Scheiben Kräuterbutter auf ein Steak geben. Servieren. Guten Appetit!

Entrecôte rare



Blutig

Das muss manchmal einfach sein. Ein Steak. Rare zubereitet. Es bekommt im rauchenden Öl definitiv nur jeweils eine Minute auf jeder Seite.

Ein Entrecôte von einem brasilianischen Rind. Einige Leser werden dies sicherlich nicht für gut halten, es ist Steakfleisch vom Discounter. Aber meine Finanzen geben im Moment nicht mehr her, dass ich qualitativ hervorragendes Fleisch direkt beim Anbieter auf dem Lande kaufe. Aber die Qualität des Entrecôtes ist gut.

Mein Rat: Das Öl muss beim Zubereiten in der Pfanne rauchen.

Die Basilikumblätter sind nur ein wenig zum Garnieren und bringen noch einige weitere Aromen mit hinzu.

Und ein unbekannter Autor rät in meinem „Zitat aus der Küche“: „Heißer Tip für Feinschmecker: Kochsalz wird ganz besonders schmackhaft, wenn man es behutsam über ein Filetsteak streut.“ Dieser Rat gilt natürlich auch für Steakpfeffer und ein Entrecôte.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entrecôte (etwa 230 g)
- 15 g Steakpfeffer
- einige Basilikumblätter
- Gewürz-Olivenöl (Knoblauch, Chili)

Zubereitungszeit: Bratzeit 2 Min.

Entrecôte aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen.

Öl in der Pfanne erhitzen, es muss rauchen. Entrecôte auf jeder Seite eine Minute kräftig anbraten.

Entrecôte auf einen Teller geben. Mit Steakpfeffer würzen.

Einige Basilikumblätter zum Garnieren darauf legen. Entrecôte servieren.

Entrecôte rare

Das muss ab und zu einfach sein!

