

EDEKA KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

RUMPSTEAK IN DER PFEFFERKRUSTE

mit grünem Spargel und Pommes frites

 **NEUE**
REZEPTE ZUM
SAMMELN

Dirk Luther



MITTEL



ZUBEREITUNGSZEIT ca. 80 MIN.



4 PORTIONEN

REZEPTE ZUM SAMMELN HIER ABTRENNEN

EDEKA KOCHSCHULE

Rumpsteak in der Pfefferkruste

mit grünem Spargel und Pommes frites

ZUTATEN

RUMPSTEAK

45 g grob zerstoßener schwarzer Pfeffer
35 g grob zerstoßener Szechuanpfeffer
4 Rumpsteaks à 200 g
4 EL Rapsöl
2 EL Butter
Salz aus der Mühle
2 Thymianzweige

SAUCE

3 Schalotten, fein gewürfelt
30 g Butter in kleinen Stücken
125 ml Cognac
0,5 l Rinderfond
50 g Sahne
1-2 TL Senf
Salz und Pfeffer aus der Mühle

SPARGEL

24 Stangen grüner Spargel
1 EL Meersalz
Zucker
90 g Butter
90 g frisch geriebener Parmesan
Olivenöl
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

POMMES FRITES

1,8 kg große mehlig kochende Kartoffeln
Öl zum Frittieren
Salz
90 g Butter
1 EL gehackte Petersilie



Rumpsteak



SZECHUANPFEFFER

Als Szechuanpfeffer bezeichnet man die Beeren des aus Westchina stammenden Gelbholzbaumes (*Zanthoxylum piperitum*), die ein scharf



schmeckendes Gewürz liefern. Er gehört zur Gattung Citrus (Familie Rutaceae, Rautengewächse) und ist nicht mit dem „richtigen“ Pfeffer verwandt.



RUMPSTEAK Die beiden Pfeffersorten mischen und auf einen Teller streuen. Die Fleischstücke großzügig mit 2 EL Öl bestreichen, in der Pfeffermischung wenden und den Pfeffer dabei mit den Fingern in das Fleisch drücken. 1 EL Butter bei mittlerer Hitze mit dem restlichen Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch mit Salz würzen und anschließend rundherum anbraten. Danach die Steaks auf ein Gitter legen und im vorgeheizten Ofen bei 135°C ca. 12-16 Minuten garen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen (54°C Kerntemperatur) und 5 Minuten ruhen lassen. Ein Stück Butter sowie den Thymian in die Pfanne geben, die Butter leicht bräunen lassen und die Steaks damit übergießen.

SAUCE Die Schalottenwürfel mit einem Drittel der Butter in einem Topf anschwitzen. Den Cognac angeben, danach solange kochen, bis die Flüssigkeit fast vollständig verdunstet ist. Rinderfond dazugeben und ca. 3 Minuten einkochen lassen. Die Sahne einrühren und die Sauce weitere 3-5 Minuten einkochen lassen. Sie sollte so dick sein, dass sie an einem Löffelrücken haftet. Die Sauce durch ein feines Sieb passieren und in den Topf zurückgießen. Den Senf mit der restlichen Butter bei schwacher Hitze kräftig unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

SPARGEL Vom grünen Spargel nur das untere Drittel dünn schälen, holzige Enden abschneiden. Den Spargel in Salzwasser mit einer Prise Zucker und etwas Butter nicht zu weich kochen (bis man mit der Spitze eines Messers leicht hineinstechen kann). Danach in Eiswasser abschrecken, herausnehmen und trockentupfen. In einer großen Pfanne die Butter zergehen lassen. Wenn die Butter schäumt, Spargelstangen hineingeben und erwärmen. Mit dem geriebenen Parmesan bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

POMMES FRITES Die Kartoffeln schälen und quaderförmig zurechtschneiden (eine Seitenlänge ca. 7,5 cm), danach in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und anschließend nochmal in ca. 1 cm dicke Stifte schneiden. Die gleichmäßig geschnittenen Kartoffelstifte waschen und gut trocknen. Das Öl in einem großen Topf auf 130°C erhitzen. Die Kartoffelstifte hineingeben und ca. 7-10 Minuten vorfrittieren, sodass die Kartoffelstifte weich sind, jedoch noch keine Farbe haben. Die Pommes frites aus dem Öl nehmen, auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz bestreuen. Das Öl bei Seite stellen.

Kurz vor dem Servieren die erkalteten Pommes im gleichen Öl, jetzt allerdings auf 170°C, nochmals frittieren, bis sie schön knusprig sind. Die Butter in einer großen Pfanne aufschäumen lassen, Petersilie sowie Pommes dazugeben und dabei immer wieder kräftig schütteln. Auf Küchenpapier legen, gut abtropfen lassen und sofort servieren.

ANRICHTEN Die Spargelstangen auf vier vorgewärmten Tellern verteilen. Die Rumpsteaks in gleichmäßige Scheiben schneiden und dazulegen. Mit der Sauce umgießen. Pommes frites separat dazu reichen.