

Rinderhüftsteak im Kartoffelmantel

Zutaten:

(Für 2 Portionen) 2 Steaks, Rindersteaks a 200 g, 4 Kartoffeln, 2 Eier, 60 g Parmesan, 2 EL Kräuter gehackt (Salbei, Thymian und Rosmarin), 1 gestr. TL Salz, etwas frisch gemahlener Pfeffer, etwas frisch geriebener Muskat, Rapsöl

Zubereitung:

Kräuter waschen, trocknen und fein hacken. Kartoffeln waschen schälen, 1/2 fein, und 1/2 grob reiben. Etwas stehen lassen, ausdrücken und das austretende Wasser vorsichtig abgießen. Mit den Kartoffelraspeln, den gehackten Kräutern und dem Grana Padano oder Parmesan vermengen. Mit wenig Salz, etwas Pfeffer und Muskat würzen. Die Masse nochmals ausdrücken, auf Alufolie verteilen und gut andrücken, notfalls vorab 1 EL Kartoffelstärke untermengen. In einer Pfanne etwas Öl stark erhitzen, die Steaks darin von jeder Seite etwa 1-2 Minute scharf anbraten, auf die Kartoffelmasse legen und diese rundum fest andrücken. Die Steaks mit dem Kartoffelmantel wieder in die heiße Pfanne geben (vorher natürlich das weitere Öl zugeben) und etwa 2-3 Minuten von jeder Seite sehr heiß braten, das Öl abgießen und die Pfanne für 6-10 Minuten (je nachdem welcher Garpunkt erreicht werden soll) in den vorgeheizten Backofen bei 150 Grad (Ober- und Unterhitze) zum weiteren Garen geben. Die Steaks auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu passen junge Böhnchen mit Tomatenstücken in Knoblauchbutter geschwenkt.