



Karin Hennig

Entrecôte mit Kapern-Vinaigrette, Ofengemüse und gebratenen Kartoffelwürfel

Zutaten für zwei Personen

Für das Entrecôte:

2 Scheiben Entrecôte à 300 g
1 EL Rapsöl, zum Anbraten
1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch in der Grillpfanne mit Butterschmalz und dem Rosmarinzweig ca. 1 ½ Minuten von jeder Seite anbraten. Butter hinzugeben und das Fleisch darin kurz schwenken.

Im Ofen 10 Minuten ziehen lassen. Die Kerntemperatur sollte 56 Grad betragen.

Mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Kapern-Vinaigrette:

2 EL kleine Kapern
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
½ Bund Petersilie
1 Zitrone, davon Saft und Schale
70 ml Olivenöl
1 TL braunen Zucker
20 ml Wermut
1 EL geröstete Pinienkerne
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte abziehen, halbieren und fein würfeln. Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Schalotten, Knoblauch, Petersilie und Zitronenabrieb miteinander verrühren und mit Zucker, Wermut und Olivenöl vermengen.

Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pinienkerne zum Schluss obenauf geben.

Für die Kartoffelwürfel:

4 vorw. festkochende Kartoffeln
1 EL Butterschmalz
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden, abwaschen und trockentupfen.

In einer Pfanne mit heißem Butterschmalz langsam knusprig braun braten. Rundum salzen und pfeffern.

Für das Ofengemüse:

½ rote Paprika
½ gelbe Paprika
½ grüne Paprika
½ kleiner grüner Zucchini
3 Zweige Rosmarin

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Paprikaschote halbieren, von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und kleinschneiden. Die Zucchini in 1 cm dicke Scheiben schneiden und würfeln. Paprika und Zucchini mit der Marinade mischen. Auf ein kleines mit Backpapier belegtes Backblech geben und den Rosmarin darauf verteilen.

Etwa 15 Minuten in den Ofen geben, herausnehmen und mit dem Dressing vermischen.

Für die Marinade:

2 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
¼ TL edelsüßes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Olivenöl mit Knoblauch, Paprikapulver, Salz und Pfeffer cremig verrühren. Die Marinade über dem Ofengemüse verteilen. Das Fleisch in Tranchen aufschneiden und auf einen Teller geben.

Etwas von der Vinaigrette darüber träufeln, die Kartoffelwürfel und das Gemüse dazu anrichten und servieren.