

Tagliata vom Rinderrücken mit Rucola, Cherrytomaten und Kräuterkartoffeln Rezept für 4 Personen

Ein Rezept von:
Markus Söder
Restaurant „Alter Esel“, Marktbreit



Zutatenliste für die Kräuterkartoffeln

800 g Drillingskartoffeln | 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | Gemischte Kräuter der Saison (z. B. Rosmarin, Thymian, Salbei, Oregano) | 2 TL Paprika edelsüß | ½ TL Chili gestoßen | Olivenöl | Salz | Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung der Kräuterkartoffeln

1 Kartoffeln gründlich waschen und längs halbieren. Zwiebel schälen und achteln, Knoblauchzehe andrücken und zu den Kartoffeln geben.

2 Kräuter von den Stängeln abstreifen und mit den Gewürzen und dem Olivenöl ebenfalls dazugeben. Alles sorgfältig vermischen und in eine feuerfeste Form geben. Im vorgeheizten Backofen bei 170 °C Umluft ca. 25 bis 30 Minuten backen.

3 Das restliche Gemüse und den Zitronensaft dazugeben, bei mittlerer Hitze ca. 6-8 Min. kochen. Mit Petersilie oder Koriander bestreuen.

Zutatenliste für die Tagliata vom Rinderrücken

600 g Rinderrücken (Roastbeef) | Salz | Schwarzer Pfeffer aus der Mühle | Olivenöl

Zubereitung der Tagliata vom Rinderrücken

1 Inzwischen das Fleisch ggf. von Sehnen befreien, in 2 Steaks à ca. 300 g

teilen und behutsam plattieren. Mit Salz und grobem schwarzem Pfeffer aus der Mühle würzen und mit Olivenöl bestreichen.

2 Die Steaks in einer beschichteten Grillpfanne von beiden Seiten scharf anbraten. Ca. 10 Minuten bevor die Kartoffeln gar sind, auf einem Gitterrost mit in den Ofen geben. Nach 5 Minuten wenden und nach weiteren 3 Minuten den Garpunkt kontrollieren. Aus dem Ofen nehmen und an einem warmen Ort einige Minuten ruhen lassen.

Zutatenliste für die Cherrytomaten und den Rucola

700 g Cherrytomaten an der Rispe | 1 Bund Cipollotti (Frühlingszwiebeln) | ca. 100 g Rucola | 1 Knoblauchzehe | Olivenöl | Salz | Schwarzer Pfeffer aus der Mühle | Balsamicoglaze | Fleur de Sel

Zubereitung der Cherrytomaten und des Rucolas

1 Während das Fleisch im Ofen ist, die Cherrytomaten halbieren, die Frühlingszwiebeln putzen und in feine Röllchen schneiden, den Rucola grob hacken und den Knoblauch andrücken.

2 In einer beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen, Tomaten darin anbraten, Knoblauch zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und unter ständigem Schwenken anziehen lassen. Die Frühlingszwiebeln und den Rucola zugeben, nochmals durchschwenken, vom Herd

nehmen und sofort mit den Kartoffeln anrichten.

3 Die Steaks quer zur Faser aufschneiden und auf das Gemüse setzen. Mit Balsamicoglaze, extra vergine Olivenöl und Fleur de Sel vollenden.

Guten Appetit!



TVtouring | täglich ab 18:00 Uhr
über Kabel und Satellit

alle Folgen von Frankens Gute Köche finden Sie auch unter: tvtouring.de/mediathek