

BISTRO STEAKS AUF KNOBLAUCHBRUSCHETTA



Zutaten für 2 Personen
Arbeitszeit: 5 Minuten
Kochzeit: 12 Minuten

Saftiges Sirloin- oder Rumpsteak auf Knoblauchbruschetta mit Rotwein-Paprika Sauce

Informationsbüro

ROYAL MEAT

Postfach 51 07 67

50943 Köln

Telefon: +49 (0)221 / 30 99-581

Telefax: +49 (0)221 / 30 99-205

Email: info@royalmeat.de

Internet: www.royalmeat.de

Garzeiten

Für ein 2cm dickes Steak

blutig	2 ½ Minuten pro Seite
medium	4 Minuten pro Seite
durchgebraten	6 Minuten pro Seite

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200°C vorwärmen.
2. Das Brot von beiden Seiten mit der angeschnittenen Knoblauchzehe und der Hälfte des Öls einreiben. Auf einem Blech im Ofen 5-8 Minuten backen bis es goldbraun ist.
3. Den Pfeffer auf einen flachen Teller geben und die Steaks darin wenden, so dass sie von beiden Seiten mit Pfeffer bedeckt sind.
4. Das verbleibende Öl in einer Pfanne erhitzen und die Steaks für die gewünschte Zeit braten. Aus der Pfanne nehmen, auf einen angewärmten Teller legen und warm halten.
5. Die Schalotte, die Brühe und den Wein in die gleiche Pfanne geben, zum Kochen bringen und dann bei reduzierter Hitze 2-3 Minuten köcheln lassen.
6. Die Pfanne vom Kochfeld nehmen, die Butter, die Paprika und den auf dem Teller mit den Steaks ausgetretenen Fleischsaft einrühren.
7. Eine Bruschetta auf jeden Teller legen, die Steaks halbieren und auf dem Brot arrangieren und die Sauce darüber geben.
8. Mit etwas Ruccola garnieren und zusammen mit geschmorten Tomaten servieren.

Zutaten

2 magere Sirloin- oder Rumpsteaks
2 dicke Scheiben frisches Ciabatta, in der Diagonale durchgeschnitten
1 Knoblauchzehe, geschält und halbiert
30 ml/2 EL Natives Olivenöl Extra
1 EL Pfefferkörner (schwarzer oder Szechuan-Pfeffer), zerstoßen
120 ml/8 EL guter Rotwein
120 ml/8 EL gute, heiße Rinderbrühe
1 kleine Schalotte, geschält und fein gewürfelt



15 g Butter

½ kleine rote Paprika, Samenkörner entfernt und fein gewürfelt
etwas Ruccola zum Garnieren



Royal Meat

