

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 4. November 2019** ▪
Tagesmotto: „Alliteration“ mit Björn Freitag



Yannik Effe

Rib-Eye-Steak mit Rotweibuttersauce, Röstkartoffeln, rohem Rotkohl-Radieschen-Salat und Rote-Bete-Hummus

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Rib-Eye-Steaks à 300 g
 1 Knoblauchzehe
 4 Zweige Rosmarin
 4 Zweige Thymian
 2 EL Butter
 Rapsöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 80 Grad Heißluft vorheizen.

Steak mit Salz und Pfeffer würzen, in Rapsöl in einer Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten und anschließend in den Backofen geben. Knoblauch abziehen und andrücken. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Sobald das Fleisch fertig gegart ist etwas Butter in der Fleisch-Pfanne schmelzen und mit einer angebrückten Knoblauchzehe, Thymian und Rosmarin das Fleisch darin aromatisieren.

Für die Röstkartoffeln:

2 sehr große Kartoffeln
 25 g Räucherspeckwürfel
 2 EL Butterschmalz
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in gleichmäßige Würfel schneiden. Salzen und in Butterschmalz von allen Seiten braten. Mit Salz würzen. In einer Pfanne Speck auslassen und Würfel nochmal darin schwenken.

Für die Sauce:

1 Schalotte
 200 ml Rotwein
 200 ml Portwein
 10 kalte Butterwürfel
 1 Lorbeerblatt
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und kleinschneiden. In einem Topf mit Butter glasig braten. Mit Rotwein und Portwein ablöschen und das Lorbeerblatt dazugeben und köcheln lassen. Lorbeerblatt aus der Portwein Reduktion nehmen und mit den Butterwürfeln aufmontieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat:

1 kleiner Rotkohl
 100 g junger Rucola
 4 Radieschen
 100 ml Walnussöl
 50 ml Himbeeressig
 2 EL Brombeergelee
 100 ml Johannisbeersaft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rotkohl und Rucola waschen und trockentupfen. Rotkohl in feine Streifen schneiden. Beides in eine Schale geben. Walnussöl, Himbeeressig, Brombeergelee und Johannisbeersaft in ein kleines Glas füllen und gut schütteln. Das Dressing nun über den Salat geben, gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Radieschen waschen, feinschneiden und später auf dem Humus anrichten.

Für den Hummus: Knoblauch abziehen. Limette halbieren und Saft auspressen.
4 vorgegarte Rote Bete Knollen Kichererbsen abtropfen lassen. Rote Bete waschen, trockentupfen und
200 g Kichererbsen aus der Dose zusammen mit Knoblauch, Koriander, Sesampaste, Olivenöl und
½ Knoblauchzehe Limettensaft in den Zerkleinerer geben und mixen. Mit Salz und Pfeffer
1 Limette abschmecken.
4 Zweige Koriander
1 EL Tahini (Sesampaste)
100 ml Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.