

Strindberg-Röllchen vom Minutensteak auf Süßkartoffelpüree von Armin Roßmeier

Zutaten für vier Personen

8 dünne Scheiben von der Rinderhüfte (je ca. 80 g)
80 g angeschwitzte Zwiebelwürfel
1/2 EL mittelscharfer Senf
1 EL gehackte Petersilie
1 EL Schnittlauchröllchen
1 EL frischer Oregano
1 1/2 EL Olivenöl
250 ml Kalbsfond

300 g blanchierte Buschbohnen
250 g Minipaprika
15 g Kräuterbutter
320 g gekochte Süßkartoffeln
120 ml Sauerrahm
Vanillesalz
1/4 Bund Zitronenthymian
Salz, Pfeffer

Nährwert pro Person

455 kcal – 20 g Fett – 42 g Eiweiß – 27 g Kohlenhydrate – 2 BE
Dieses Gericht ist glutenfrei.

Zubereitung (circa 45 Minuten)

Angeschwitzte Zwiebeln mit Senf, gehackter Petersilie, Schnittlauchröllchen, gerebelten Oregano gut vermengen und leicht würzen. Das Ganze auf die Rinderhüftscheiben verteilen, bis zum Rand verstreichen, einrollen und mit einer Kordel einen Kreuzbund binden. Das Fleisch im heißen Olivenöl rundum anbraten und im vorgeheizten Backofen bei 100 Grad circa 15 bis 20 Minuten auf den Punkt ziehen lassen.

Bohnen mit geviertelten, gesäuberten Minipaprika in Kräuterbutter angehen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Geschälte, gekochte Süßkartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken, mit Sauerrahm gut verrühren und mit Vanillesalz würzen. Dann auf einem flachen Teller anhäufeln. Das Bohnen-Paprika-Gemüse als Bett anrichten. Röllchen vom Bindfaden entfernen, schräg halbieren und daraufsetzen. Die Soße abseihen und über die Röllchen geben. Mit Zitronenthymian garnieren.