

Rezept

# Die perfekte leichte Sauce zum Steak

Ein Rezept von Die perfekte leichte Sauce zum Steak, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>2</b> Filetsteaks (à ca. 180 g)	<b>2 EL</b> Olivenöl oder Butterschmalz
Salz	Pfeffer
1/2 TL Tomatenmark	<b>150 ml</b> Würzfond
<b>3 EL</b> Sahne	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**  
Ca. 290 kcal, 12 g F, 39 g EW, 1 g KH

## Zubereitung

1. Die Steaks trocken tupfen. Das Öl oder Schmalz in einer Pfanne richtig heiß werden lassen. Die Steaks einlegen und pro Seite 1 Min. anbraten, dann bei mittlerer Hitze weitere 2-3 Min. pro Seite braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und in Alufolie wickeln. Das Fett aus der Pfanne gießen. Pfanne zurück auf den Herd stellen, das Tomatenmark einrühren und ca. 1/2 Min. anrösten, dann den Gewürzfond dazugießen. Bei starker Hitze 1-2 Min. einkochen, bis sich der Bratenansatz gelöst hat. Die Sahne dazugeben und ganz kurz bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen. Eventuell mit Salz und Pfeffer würzen.