Rezept

Rumpsteak mit Bratkartoffeln und Kräuterbutter

Ein Rezept von Rumpsteak mit Bratkartoffeln und Kräuterbutter, am 15.06.2025

Zutaten

Für die Kräuterbutter:

- **100 g** Butter
- **1** Knoblauchzehe
- Salz
- **1** Bio-Zitrone (Schale)
- **3 EL** gemischte TK-Kräuter

Für die Bratkartoffeln:

- **1,3 kg** festkochende Kartoffeln
- Pfeffer
- Salz
- **1** Dossierlöffel Öl (z. B. Traubenkernöl

Für das Fleisch:

- **4** Rumpsteaks (à 200 g)
- Pfeffer
- Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 680 kcal, 34 g F, 53 g EW, 41 g KH

Zubereitung

1. Die Butter zimmerwarm werden lassen. Die Zitrone heiß abwaschen, die Hälfte der Schale mit einem Zestenreißer abziehen und fein hacken. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Kräuter, Zitronenschale und Knoblauch mit einer Gabel gleichmäßig unter die Butter ziehen, dabei auch salzen. Die Butter zu einer Rolle formen. In Butterbrotpapier oder Frischhaltefolie einrollen und im Tiefkühlfach etwa 1 Std. durchkühlen lassen. 30 Min. vor dem Servieren herausholen und nach Wunsch portionieren.

2. Die Kartoffeln schälen und in Scheiben von ca. 7 mm Stärke schneiden, sorgfältig mit Wasser abspülen und mit Küchenpapier gut trocken tupfen. Dann in den Garbehälter mit eingesetztem Rührarm geben, salzen, pfeffern und mit dem Öl beträufeln. Den Timer auf eine Gesamtzeit von 50 Min. einstellen. Nun auf den Button »2 in 1« drücken und das Symbol für »Fleisch« wählen. Den Timer auf 8 Min. einstellen und das Gerät starten.

3. In der Zwischenzeit die eher hohen als breiten Rumpsteaks auf der Grillplatte platzieren. Sie sollten sich möglichst nicht berühren. Bei Erklingen des Signaltons die Grillplatte einsetzen, den Deckel schließen und die Steaks über die restliche Garzeit von 8 Min. braten. Nach 5 Min. das Fleisch wenden, erst am Ende salzen und pfeffern. Wer das Fleisch rosiger mag, verkürzt die Garzeit um 1 Min.