

Rezept

Steak mit Pommes frites

Ein Rezept von Steak mit Pommes frites, am 24.02.2024

Zutaten

½ Knoblauchzehe	Salz (wer möchte, nimmt Fleur de Sel)
1 TL gehackter Thymian	1 TL gehackte Petersilie
½ TL frisch gehackter Estragon	150 g weiche Butter
grob gemahlener schwarzer Pfeffer	Cayennepfeffer
4-5 große vorwiegend festkochende Kartoffeln (à ca. 250 g)	4 Entrecôtes (à ca. 200 g)
2 EL Butter	2 EL Olivenöl
	Fett oder Öl zum Frittieren

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 950 kcal

Zubereitung

1. Den Knoblauch schälen und hacken. Mit 1 Prise Salz auf einem Brett mit der flachen Messerklinge zermusen und mit den Kräutern zur Butter geben. Alles mit einer Gabel vermengen, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Cayennepfeffer würzen. Die Butter in einem kurzen Streifen auf Pergamentpapier oder Frischhaltefolie legen und mit deren Hilfe zu einer Rolle formen. Anschließend die Butter in den Kühlschrank oder das Gefrierfach legen.
2. Kartoffeln schälen, waschen und längs in knapp 1 cm breite Stäbchen schneiden. In eine Schüssel mit reichlich Wasser geben und 45 Min. stehen lassen. Abgießen, kalt abbrausen und in einem Geschirrtuch möglichst gut abtrocknen. Das Öl oder Fett in einem großen Topf oder der Fritteuse (auf 170°) erhitzen. Zur Probe ein Kartoffelstäbchen einlegen. Wenn zischend große Bläschen aufsteigen, ist das Fett heiß genug. Jetzt die Kartoffeln darin in 5-6 Portionen je 4-5 Min. vorfrittieren, herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Dabei jeweils das Fett zwischendurch wieder gut aufheizen lassen. So vorgegart, kann man die Pommes frites 2-3 Std. vor dem eigentlichen Garen vorbereiten und stehen lassen.
3. Das Frittierfett wieder richtig heiß werden lassen (Fritteuse 190°). Jetzt sollte das Fett beim Test-Kartoffelstäbchen richtig sprudeln, und es sollten viele kleine Bläschen aufsteigen. Frites darin wieder in kleineren Portionen in 4-6 Min. knusprig braun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und sofort salzen, eventuell in einer Schüssel im 60° warmen Ofen warm halten.
4. Während des Frittierens die Steaks trocken tupfen, salzen und pfeffern. Olivenöl in einer großen Pfanne heiß werden lassen. Steaks darin pro Seite bei großer Hitze jeweils 1 Min. anbraten, dann Butter dazugeben und das Fleisch bei mittlerer Hitze pro Seite weitere 2 ½-3 Min. braten, dabei mehrmals mit Bratfett beschöpfen. Die Steaks sind so medium. Zum Servieren Steak und Frites auf einen Teller geben, Kräuterbutter in Scheiben oder Stücke schneiden, auf die Steaks geben und alles sofort servieren. Salz und Pfeffer zum Nachwürzen auf den Tisch stellen.