

Steak mit Steinpilzen - Tagliata con funghi trifolati

Zutaten: für 2 Personen

2 Steaks, vom (Contre-) Filet oder Huft – 2 Finger dick.

2 EL Brat- und Frittieröl (oder Traubenkernöl),

Je 1 EL frischer gehackter Rosmarin und Salbei.

Salz, Pfeffer.

Als Beilage :

500 g kleine junge Kartoffeln.

1 EL frischer gehackter Rosmarin.

400 g Steinpilze (gewogen nach dem Putzen).

2 Knoblauchzehen.

6 EL Olivenöl.

3 EL gehackte Blattpetersilie.

Zubereitung :

Pilze putzen : Mit einer kleinen Bürste vorsichtig die Erde, Nadeln und sonstige Verunreinigungen abbürsten, mit einem feuchten Schwämmchen nachputzen.

Fraß – Stellen von Schnecken und Tieren mit einem kleinen scharfen Messer entfernen.

Die Pilze kleinblättrig aufschneiden, dabei madige Stellen entfernen. (Siehe Bild)

Eine Knoblauchzehe klein würfeln, in einer beschichteten Kasserolle mit 2 EL

Olivenöl goldgelb anrösten. Die Pilze und 20 ml Wasser zugeben. Bei

geschlossenem Deckel auf kleiner Stufe 30 Min. dünsten. Dabei immer wieder umrühren.

Den Backofen auf 220 °C einschalten, 4 EL Olivenöl in einen Bräter geben und hineinstellen.

Die Kartoffeln schälen, vierteln mit der gehackten Knoblauchzehe und dem Rosmarin in den Bräter geben, gut durchmischen, damit die Kartoffeln von allen Seiten ölig sind.

Die Kartoffeln öfter durchmischen, damit sie nicht anbacken.

Wenn die Pilze 30 Min gegart sind, salzen und die gehackte Petersilie zugeben und noch etwa 10 Min. weiterdünsten.

Inzwischen in einer beschichteten Pfanne das Brat und Frittieröl erhitzen. (höchste Stufe)

Erst wenn das Öl richtig heiß ist, die Steaks einlegen und 1 Min. auf der ersten Seite anbraten, umdrehen und auf der zweiten Seite 1 Min. braten, umdrehen. Die Hitze zurücknehmen.

Wenn sich auf der Oberfläche kleine rosa Perlen zeigen, wieder umdrehen.

Nach ca. drei Minuten auf jeder Seite sind die Steaks „medium“. Erst jetzt salzen und etwas mit Rosmarin und Salbei bestreuen.

Auf vorgewärmten Tellern anrichten, die Kartoffeln salzen und zusammen mit den Steinpilzen neben den Steaks garnieren.