



www.besserbissen.de

Flanksteak mit Kartoffel-Stroh, Confierten Tomaten, Estragon-Vanille-Dipp"

Zutaten für zwei Personen

400 g	Flanksteak (1/2 Stück)	1 TL	getrockneten Estragon
200 g	Kartoffeln	1	Zitrone
100g	Schmand	1 TL	geräuchertes Paprikapulver
1	Vanilleschote		Zucker
1	Zwiebel		Salz & Pfeffer
1	Knoblauchzehe		Fett zum Frittieren
100g	Cherry-Tomaten		Rapsöl zum Anbraten

Zubereitung

Backofen auf 60 °C Umluft vorheizen.

Das Flanksteak salzen und in den Backofen geben. Wenn die Kerntemperatur 50 °C beträgt, das Fleisch heraus nehmen. In einer extrem heißen Pfanne ohne Fett je Seite ca. 30 Sek anrösten und noch 10 min im Backofen ruhen lassen. Vor dem Servieren das Steak gegen die Faser in ca. 1 cm dicke Tranchen schneiden.

Die Kartoffeln in ca. 3 mm dicke Scheiben und dann in entsprechend feine Streifen schneiden (Julienne). In kaltem Wasser beiseite stellen.

Einen Topf mit Frittierfett auf 180 °C bringen oder eine Fritteuse verwenden.

Kurz vor dem Anrichten die Kartoffelstreifen abtropfen lassen, auf einem Küchentuch abtrocknen und in dem Frittierfett ca. 1-2 min frittieren. Auf Küchenpapier entfetten, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und auf dem Teller anrichten.

Die Zwiebeln und den Knoblauch sehr fein würfeln und in einer kleinen Pfanne in wenig Öl glasig dünsten. Von der Hitze nehmen und einen Teelöffel Estragon zufügen. Danach in eine Schale geben und den Schmand hinzufügen. Die Vanilleschote halbieren, das Mark herauskratzen und ebenfalls zum Schmand zufügen.

Mit Salz, Zucker und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Die Tomaten halbieren und mit der Schnittfläche nach oben in eine Schale legen. Mit Salz und Zucker würzen und mit reichlich zugefügtem Rapsöl in den vorgeheizten Backofen schieben. Wenn die Tomaten etwas zusammengefallen sind, bei 60 °C nur noch warm halten. Alternativ können die Tomaten vor dem Confiere auch geschält werden. Hierzu werden sie am Boden kreuzweise eingeschnitten und kurz in kochendem Wasser blanchiert, bis sich die Haut löst.