

## Steak Tagliata mit Rosmarin-Süßkartoffeln und Brunnenkresse

VORBEREITEN

15  
Min.

ZUBEREITEN

25  
Min.

NIVEAU



Rosmarin, 1 EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer auf ein Backblech geben. Für ca. 20 Minuten in den Backofen schieben (oder bis diese goldbraun sind), nach 10 Minuten die Kartoffeln einmal wenden.



### Zutaten für 2 Personen

350 g Rumpsteak  
100 g Brunnenkresse  
2 Knoblauchzehen  
80 g Cherrytomaten  
1 große Süßkartoffel  
1 Rosmarin  
1 Esslöffel Balsamico-Essig  
1 Teelöffel Chiliflocken  
1/2 Teelöffel Oregano, getrocknet  
50 ml Olivenöl

- 1 -

Den Ofen auf 200 °C vorheizen und das Rumpsteak aus dem Kühlschrank nehmen. In der Zwischenzeit die Tomaten halbieren. Die Süßkartoffeln ebenfalls halbieren und in Spalten schneiden. Die Blätter vom Rosmarinweig entfernen und grob hacken. Die Knoblauchzehen mit der Messer-Rückseite zerdrücken.

- 2 -

Die Süßkartoffeln zusammen mit dem Knoblauch,

- 3 -

In der Zwischenzeit 2 EL Olivenöl, 1 EL Balsamico Essig, 1/4 TL Chiliflocken und 1/2 TL Oregano in einer kleinen Schale miteinander vermengen. Die Vinaigrette mit Salz und Pfeffer würzen.

- 4 -

Das Steak von allen Seiten mit Salz und Pfeffer bestreichen, 1/2 EL Olivenöl in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Das Fleisch in die Pfanne geben und ca. 2-3 Minuten von jeder Seite braten, bis eine dunkle Kruste entsteht. Nun das Steak auf ein Backblech legen und für 6-8 Minuten im Ofen weitergaren. Sobald das Fleisch fertig ist, aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen.

## Steak Tagliata mit Rosmarin-Süßkartoffeln und Brunnenkresse



- 5 -

Die Vinaigrette sowie die Tomaten in dieselbe Pfanne geben, in der das Fleisch gebraten wurde. Auf niedriger Stufe (oder nur mit der Resthitze der Pfanne) kurz anschwitzen.



- 6 -

Nun das Steak entlang der Fleischfasern in dünne Scheiben schneiden.



- 7 -

Die Brunnenkresse auf den Tellern verteilen. Steak-Scheiben und Süßkartoffel-Spalten darauflegen. Das Ganze mit Tomaten und der Vinaigrette garniert servieren.