

## Schmeckt perfekt



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

### Tomahawk-Steak mit gefülltem Erdäpfel

**1 Stunden 15 Minuten/leicht**



#### Zutaten für 4 Personen

1 ½ kg Tomahawk-Steak (oder T-Bone-Steak), Salz, Pfeffer, Salbei, Lorbeerblätter, Rosmarin, Öl und Butter zum Anbraten; 4 Erdäpfel (mittelgroß, festkochende Sorte), 4 EL Sauerrahm, 1 kleiner Bund Schnittlauch; je 1 roten und gelben Paprika, 1 Zucchini, 1 Melanzani, 6 Schalotten, 1 Fenchelknolle, etwas Sherry-Essig oder Balsamico-Essig.

#### Zubereitung

Das Steak mit Salz und Pfeffer würzen Fleisch und in einer heißen Pfanne mit etwas Butter und Öl beidseitig gut anbraten. Lorbeerblätter, Salbei und Rosmarin begeben und kurz mitbraten.

Anschließend das Fleisch im Rohr auf einen Rost legen (mit einem Blech darunter). In die Fleischmitte ein Bratenthermometer stecken.

Das Fleisch im Rohr bei 140 °C auf 40 °C Kerntemperatur braten. Danach die Temperatur auf 100 °C reduzieren und zu einer Kerntemperatur von 50 °C braten. Schließlich bei 70 °C auf 60 °C Kerntemperatur braten.

Bei 60 °C Kerntemperatur ist das Fleisch herrlich rosa und fertig. Sie können das Steak bei 70 °C Rohrtemperatur auch einige Zeit im Rohr lassen – es wird dabei nicht mehr durchgaren.

Für die Beilage die geschälten Erdäpfel kochen und aushöhlen. Das Ausgehöhlte noch heiß mit einer Gabel zerdrücken und mit Sauerrahm und Schnittlauch vermischen. Die Masse in die Erdäpfel füllen. Vor dem Anrichten jeweils eine kleinen Löffel Sauerrahm auf die Erdäpfel geben und mit Schnittlauch bestreuen.

Für das Grillgemüse die Paprika mit einem Sparschäler schälen, das Kerngehäuse entfernen und in Stücke schneiden. Zucchini, Fenchel und Melanzani in dünne Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und in Spalten schneiden. Das Gemüse in einer Grillpfanne in etwas Öl mit einem Rosmarinzwig anbraten. Anschließend mit ein paar Tropfen Essig marinieren. Das Steak auf einer großen Platte mit den Erdäpfeln und dem Grillgemüse servieren.