

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2



Fotocredit: Simeon Baker

Rückwärtsgebratenes Steak vom Tiroler Jahrling mit gebratenen Radieschen & Kräuter-Schafsjoghurt-Dip

Zutaten
(4 Personen)

Für das Steak

- Olivenöl oder Sonnenblumenöl
- 4 Rindersteaks vom Tiroler Jahrling (z.B. Ribeye, Entrecote oder Filet) vom Fleischer Ihres Vertrauens
- etwas Butter
- etwas Pfeffer
- Frischer Knoblauch
- Frischer Zitronenthymian
- Salz

Quelle: ORF extra

Für die Radieschen

- 2 Bund Radieschen
- 2 TL Butter
- 1 EL fein geschnittene Schalotte
- 1 Prise Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- Saft von einer halben Zitrone
- 1 EL Schnittlauch, fein geschnitten

Schafsjoghurt-Dip

- 200 g Schafsjoghurt
- 150 g Crème fraîche
- eine Prise Salz
- etwas Pfeffer
- Frische Kräuter nach Wahl, hier Petersilie und Schnittlauch
- Saft einer halben Zitrone

Zubereitung

Steak:

Das Fleisch mit allen Zutaten ausgenommen Salz auf ein beöltes Blech geben und bei 55 °C für 2-3 Stunden in den Ofen geben (Ober-/Unterhitze). Kurz vor dem Servieren in brauner Butter scharf anbraten und mit Salz würzen.

Radieschen:

Die Radieschen waschen und halbieren. In einer Pfanne mit Butter und etwas Schalotte eher kurz und scharf anbraten, bis Röstaromen entstehen. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit einem Spritzer Zitronensaft und fein geschnittenem Schnittlauch vollenden.

Schafsjoghurt-Dip:

Alle Zutaten vermengen und gut abschmecken.

Anrichten:

Das gebratene Fleisch auf die Radieschen setzen, noch einmal etwas salzen und mit dem Schafsjoghurt-Dip vollenden. Dazu passen hervorragend Rösterdäpfel oder Ofenerdäpfel.