

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



Fotocredit: Simeon Baker

Wasserbüffelsteak mit Spitzpaprika-Rose, Ingwer-Radieschen-Cole Slaw und Bräterdäpfel

Zutaten

(4 Personen)

Für das Wasserbüffelsteak

- 4 Wasserbüffel Filet - beim Fleischer Ihres Vertrauens erhältlich
- Olivenöl zum Braten
- Salz
- Pfeffer
- 4 Erdäpfel
- reichlich Öl zum Frittieren
- Meersalz

Für den Ingwer-Radieschen-Cole-Slaw

- 200 g Radieschen (ca. 16 Stück)
- 2 kleine Ingwerknollen
- 1 EL Mayonnaise

Quelle: ORF extra

- 1 EL griechischer Joghurt
- 1 TL Zitronen-Olivenöl
- 1 EL eingelegte Schalotten (fein geschnitten)
- abgeriebene Schale von eine Bio-Zitrone
- Salz

Für die Paprika-Rose

- 2 hellgelbe Spitzpaprika
- Olivenöl

Zitronenpfeffer

Für das Kräuter-Condiment

- 1 TL feinwürfelig geschnittener Ingwer
- 4 Zitronenmelissen
- 4 Zitronenverbänen-Blätter
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Honig
- Salz
- aromatischer Pfeffer
- Tomatenessig zum Abschmecken

Zubereitung

Für den Cole Slaw Radieschen und Ingwer fein hobeln, dann auf Küchenpapier leicht entwässern - 2-3 Radieschen zum Garnieren beiseitelegen; die restlichen mit dem Ingwer in feine Stifte schneiden.

Für das Dressing Mayonnaise mit griechischem Joghurt, Zitronenöl, Schalotten und Zitronenschale verrühren und mit Salz abschmecken.

Spitzpaprika halbieren, entkernen, längs zerteilen und mit Olivenöl und Zitronenpfeffer würzen. Unter dem Salamander (oder im Rohr bei 200° C) von beiden Seiten so lange braten, bis die Paprika weich sind. Die Spitzpaprika-Streifen zu einer Art Rosenblüte formen.

Für das Kräuter-Condiment Ingwer, Melisse und Zitronenverbene im Mörser so lange mit Olivenöl und Honig bearbeiten, bis eine cremige, glatte Sauce entsteht. Diese danach mit Salz, aromatischem Pfeffer und Tomatenessig abschmecken.

Büffelsteaks beidseitig in einer Pfanne in Öl scharf anbraten, salzen, pfeffern und im Rohr bei 170° C bis zu einer Kern-temperatur von 55° C garen. Anschließend ca. 10 Min. rasten lassen.

Erdäpfel längs vierteln, dann quer in schöne Stücke teilen und in Öl leicht knusprig frittieren. Abtropfen und kurz stehen lassen. Danach erneut frittieren, bis die Kartoffeln schön goldbraun sind. Mit Meersalz bestreuen. In kleine Schüsseln füllen.

Radieschen und Ingwer mit dem Dressing verrühren, in eine Schale füllen und mit hauchdünnen Radieschenscheiben garnieren. Je 1 Steak und 1 Spitzpaprika-Rose auf einem flachen Teller anrichten und mit dem Kräuter-Condiment beträufeln. Braterdäpfel und Cole Slaw dazureichen.