

## Rezept

### Filetsteak

Grill-Kartoffeln sind das Erste (1 1/2 Stunden Backen), worum man sich bei diesem Essen kümmern muß, dann aber auch um das Tomaten-Käse Gratin (30 min Backen), den Salat und schließlich um die Schmand-Crème-fraîche-Geschichte, bevor man mit den Steaks loslegen kann. - Siehe unten - **Beilagen 1-4**

**Erst nachdem diese Beilagen erledigt sind, kann man mit den eigentlichen Steaks beginnen!**

Fleisch aus Argentinien oder irisches Angus-Rind

**Bemerkung:** die Aldi-Süd-Gourmet-Filetsteaks vor Weihnachten 2010 waren aus Brasilien. Sie kosteten etwas mehr als die Hälfte wie sonst die teuren, wirklich guten Filetsteaks aber sie waren ebenfalls durchaus ok.

#### Steaks braten

Insgesamt 4-5 Piece; zusammen ca. 700 g.

Jedes Piece etwa 3 ½ bis 4 cm dick

Pfeffern

Sekundengenaue Küchenuhr

In sehr heißer Pfanne in [Butterschmalz](#) braten. (Barbara benutzt dazu ihre spezielle [Grillpfanne](#)).

Jede Seite exakt 4 Minuten bei großer Hitze.

Anschließend salzen und nebeneinander in eine vorgewärmte Form.

Alufolie obendrauf.

#### Braten-Soße herstellen

1/2 Becher Sahne und 1/2 Becher [Crème Fraîche](#)

Salz, Pfeffer, etwas [Paprikapulver](#)

1 Spritzer [Soja-Sauce](#)

1 Spritzer [Worcester-Sauce](#)

den Bratensatz loskochen mit Sahne und Crème Fraîche.

Würzen mit den neben aufgeführten Ingredienzien

***Beilagen (1-4 sind vor den Steaks zu bearbeiten!)***

***1. Beilage:***

5 große (Grill-) Kartoffeln  
(gewaschen)

In Alufolie 1 Std. bei 200°  
Backofen-Grillrost  
(bei kleineren Kartoffeln kürzere Zeit im Backofen)

Die Kartoffeln können 1/2 Stunde auf den Ofen-  
Boden gelegt werden, wenn oben besetzt ist durch  
das [Gratin](#)

***2. Beilage***

ursprünglich speziell nur für die  
Grillkartoffeln gedacht:

1 1/2 Becher [Schmand](#)  
1 Becher [Crème Fraîche](#)

[gemischte Kräuter \(gefroren\)](#), wenig  
Salz, Pfeffer, evtl. etwas Zitronensaft

Die Kräuter usw. werden mit dem Schmand und der  
Crème Fraîche zusammengerührt

***3. Beilage:***

[Tomaten-Käse-Gratin](#)

***4. Beilage:***

[grüner Salat](#) oder [Feldsalat](#)

***5. Beilage:***

weiße [grüne-Pfeffer-Sauce](#)

***6. Beilage:***

rote [Hot Chili-Sauce](#)