

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](#)