

Kochen

Petra Bühler

Dienstag, 30.08.2023

Minuten-Steaks mit Tomaten-Gurken-Vinaigrette

Für 4 Personen

Zutaten

Für das Kartoffelbrot:

230 g Kartoffeln, mehligkochend
340 ml Wasser, lauwarm
360 g Weizenmehl (Type 405)
1 Pck. Trockenhefe
1 TL Salz
0,5 TL Zucker

Für den Kartoffel-Schmand

120 g Kartoffeln
0,5 Bund Schnittlauch
6 Stiele Dill
4 EL Schmand
2 EL Crème fraîche
etwas Salz
1 Beet Gartenkresse

Für die Vinaigrette

1 Salatgurke, klein, z. B. Snackgurke
2 Strauchtomaten, groß
1 Schalotte
4 Stiele Dill
2 EL Kapern (a. d. Glas)
2 EL Biolimettensaft oder Zitronensaft
2 EL Balsamessig, hell
etwas Pfeffer
etwas Salz
etwas Zucker
5 EL Olivenöl

Für die Minutensteaks

1 Kartoffel (ca. 80 g)
4 EL Butterschmalz
etwas Salz
4 Minutensteaks (à 100-120 g)
etwas Pfeffer
1 Knoblauchzehe
2 EL Butter
1 Stiel Thymian
1 Stiel Rosmarin
2 Streifen Bio-Limettenschale oder Biozitrone

Zubereitung:

1. **Am Vortag für das Kartoffelbrot** die Kartoffeln abbrausen und etwa 20 Minuten kochen, abgießen, pellen und durch eine Kartoffelpresse pressen.

2. Wasser, Kartoffeln, Mehl, Trockenhefe, Salz und Zucker in eine Schüssel geben und mit den Knethaken des Handrührers oder in der Küchenmaschine 5 Minuten mischen. Teig auf zweiter Stufe 5 Minuten kneten.
3. Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt in der Schüssel etwa 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen.
4. Eine Kastenform (Länge ca. 30 cm) fetten und mit Mehl austreuen. Teig einfüllen und abgedeckt an einem warmen Ort nochmals 30 Minuten gehen lassen.
5. Anschließend das Brot im heißen Ofen bei 200 Grad auf der mittleren Schiene etwa 55 Minuten backen.
6. Brot vorsichtig aus der Form nehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.
7. **Am Folgetag für den Kartoffelschmand** die Kartoffeln abbrausen und etwa 20 Minuten kochen.
8. Inzwischen **für die Vinaigrette** Gurke und Tomaten abbrausen, trocknen. Gurke (nach Belieben) schälen, längs halbieren, entkernen und in etwa 0,5 cm große Würfel schneiden. Tomaten vierteln, ebenfalls entkernen und würfeln. Schalotte abziehen und fein würfeln.
9. Dill abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden. Kapern in einem Sieb abbrausen und abtropfen lassen.
10. Limettensaft, Essig und mit Pfeffer, Salz und Zucker verrühren. Olivenöl unterschlagen.
11. Dill, Kapern, Schalotte, Tomaten- und Gurkenwürfel untermischen.
12. **Für den Kartoffelschmand** die Kartoffeln abgießen, pellen und durch die Kartoffelpresse pressen.
13. Schnittlauch und Dill abbrausen und trockenschütteln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Dill ebenfalls fein schneiden.
14. Schmand und Crème fraîche in eine kleine Schüssel geben, Kartoffeln mit einem Schneebesen unterrühren. Schnittlauch und Dill untermischen und mit etwas Pfeffer und Salz abschmecken. Schmandmischung in einen Spritzbeutel füllen und 30 Minuten kaltstellen.
15. Inzwischen für **die Steaks** die Kartoffel schälen, abbrausen und 0,5 cm groß würfeln.
16. In einer Pfanne 2 EL Butterschmalz erhitzen und die Kartoffelwürfel darin bei mittlerer bis starker Hitze 15 Minuten goldbraun braten.
17. Inzwischen die Steaks evtl. trocken tupfen und etwas flach klopfen. Kartoffelwürfel auf einem mit Küchenpapier abtropfen lassen, salzen und warmstellen.
18. Übriges Butterschmalz in der Pfanne erhitzen. Steaks mit je etwas Pfeffer und Salz würzen und bei mittlerer Hitze von jeder Seite etwa 3-5 Minuten braten. Ungeschälten Knoblauch mit der breiten Seite eines großen Messers andrücken.
19. **Kartoffelbrot** in 1 cm dicke Scheiben schneiden, im Toaster oder einer Pfanne kurz rösten und diagonal halbieren. Kartoffelschmand auf das Brot streichen und mit Kresse garnieren.
20. Butter, grob zerzupften Thymian, Rosmarin, Zitronenschale, Knoblauch und Butter zugeben und weitere 2 Minuten braten.
21. Vinaigrette auf 4 große tiefe Teller verteilen. Steaks darauf anrichten und mit Kartoffelwürfeln bestreuen. Das Brot dazu servieren.