

Kochen mit Klaus

Rumpsteaks im Speckmantel

Zutaten: (Für 5 Personen)

- 4 Rumpsteaks (à 300 g), 1 Rumpsteak (200 g), 5 Rosmarinzweige,
- Öl, ca. 140 g Schwarzwälder Schinken, Zahnstocher,
- Amerikanisches Steakgewürz, Kräuterbutter

Zubereitung:

1. Rumpsteaks 2-3 Std. vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, waschen u. trocken tupfen. Evtl. den Fettrand vom Steak entfernen. Schinken der Länge nach zusammenlegen u. die Steaks an der schmalen Seite umwickeln. Rosmarin mit einwickeln. Schinken mit Zahnstochern an den Steaks fixieren.



2. Rumpsteaks in heißem Öl beidseitig je 3 Min. (kleineres je 2 Min.) scharf anbraten, mit Steakgewürz bestreuen. Steaks entnehmen, mit der gewürzten Seite in eine Auflaufform geben. Obere Seite ebenfalls würzen.



3. Steaks im vorgeheizten Ofen bei 80°C ca. 35 Min. garen. Steaks entnehmen, mit Kräuterbutter garniert zur Beilage servieren.



Tipp des Chaoten:

Dazu Bratkartoffeln u. grüne Speck-Bohnen reichen!



Erstellt von Klaus am 11.11.2018