Kochen mit Klausi

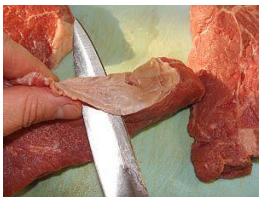
Rumpsteaks mit Röstzwiebeln

Zutaten: (Für 3 Personen)

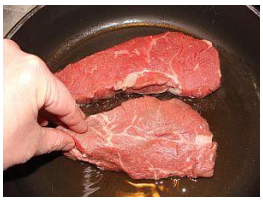
- 2 Rumpsteaks (à 300 g), 1 Rumpsteak (200 g), Steakgewürz,
- Salz, Öl, 400 g Zwiebeln, 2 EL Mehl, Frittieröl, Fritteuse

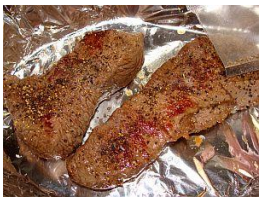
Zubereitung:

1. Rumpsteaks 2-3 Std. vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, waschen u. trocken tupfen. Evtl. den Fettrand vom Steak entfernen. Zwiebeln abziehen, größere halbieren, in halbe Ringe, kleinere Zwiebeln in ganze Ringe schneiden.



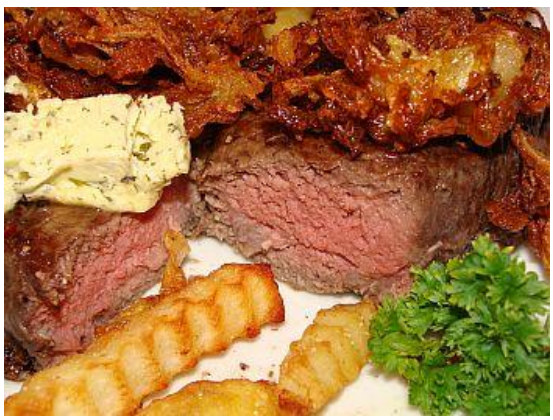
2. Rumpsteaks in heißem Öl beidseitig je 3 Min. (kleineres je 1,5 Min.) scharf anbraten, mit Salz u. Steakgewürz bestreuen. Steaks entnehmen, mit der gewürzten Seite in eine Auflaufform geben. Obere Seite ebenfalls würzen u. im vorgeheizten Ofen bei 80°C ca. 45 Min. garen.





3. Zwiebeln mit Mehl in eine große Gefriertüte geben, verschließen u. kräftig schütteln, damit sich das Mehl gleichmäßig auf den Zwiebeln verteilt. Fett in der Fritteuse erhitzen, Zwiebeln portionsweise darin goldgelb rösten u. auf den Steaks zur Beilage servieren.

Tipp des Chaoten: Dazu Pommes u. Kräuterbutter reichen!



Erstellt von Klausi am 02.04.2017