

Hohrückensteaks mit grünem Pfeffer

Marinieren: mehrere Stunden

Vorbereiten: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

- 4 **Hohrückensteaks** (je ca. 200 g),
gut gelagert

Marinade

- 1 Teelöffel **Senf**
3 Esslöffel **Öl**
1 Teelöffel **Tomatenpüree**
2 **Knoblauchzehen**, gepresst
je ½ Teelöffel **Estragonblättchen und**
Rosmarinnadeln, gehackt
Pfeffer aus der Mühle

alles gut verrühren, Fleisch damit bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank mehrere Stunden marinieren. Fleisch ca. 30 Min. vor dem Braten herausnehmen

Bratbutter zum Braten

in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Steaks beidseitig je ca. 1 Min. anbraten, erst wenden, wenn sich eine Kruste gebildet hat. Hitze reduzieren, beidseitig bei mittlerer Hitze je ca. 2 Min. fertig braten, herausnehmen. Gesamtbratzeit: ca. 6 Min.

- ¾ Teelöffel **Salz**

würzen, warm stellen. Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen, evtl. wenig Bratbutter beigegeben

Sauce

- 1 **Schalotte**, fein gehackt in derselben Pfanne andämpfen
1 dl **Weisswein**
½ dl **Cognac**
1 Esslöffel **eingelegte grüne Pfefferkörner**,
abgetropft, gehackt alles beigegeben, aufkochen, Hitze reduzieren,
auf 3 Esslöffel einköcheln, absieben
2 Teelöffel **Maizena** mit
1 dl **Fleischbouillon** angerührt dazugiessen, unter Rühren mit dem
Schwingbesen aufkochen, ca. 3 Min.
kochen
1 dl **Rahm**, steif geschlagen
1 Esslöffel **eingelegte grüne Pfefferkörner**,
abgetropft
1 Bund **Schnittlauch**, fein geschnitten alles sorgfältig darunter mischen
¼ Teelöffel **Salz**, wenig **Pfeffer** würzen, Steaks auf den vorgewärmten
Tellern anrichten, Sauce darüber giessen

