

Rinderhüftsteak



Rezept für 2 Portionen

Dauer: ca. 10 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Olivenöl	Etwas / nach Bedarf
Salz	Etwas / nach Bedarf
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf
Kartoffeln / Erdäpfel	4 Stk.
Kopfsalat	½ Stk.
Rinderhüftsteak	2 Stk.

Zubereitung:

Kartoffel kochen und anschließend schälen.
Salat waschen und anrichten.

Steaks aus dem Kühlschrank nehmen, auspacken und 10 min. ruhen lassen.
Pfanne auf höchste Stufe erhitzen, sehr wenig Olivenöl in die Pfanne gießen und heiß werden lassen.
Steaks beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen und in das heiße Öl legen. Jede Seite 3 Minuten anbraten, damit die Steaks innen noch schön rosa sind. Wer es lieber weniger roh hat, lässt die Steaks auf jeder Seite bis zu höchstens 6 min.

Kartoffel in einer Pfanne mit Öl kurz anbraten und gemeinsam mit dem Steak und dem grünen Salat auf einem warmen Teller anrichten.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1714-Rinderhueftsteak.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at