

KNACKIGES STEAKSANDWICH

KNACKIGES STEAKSANDWICH

Wir lieben Steaksandwichs und ihr werdet dieses Sandwich auch lieben – da bin ich ganz sicher. Knusprig, krachend, im Baguette oder Ciabatta. Mit reichlich leckerer, würziger Sauce und üppig belegt mit allem was das Herz begehrt. Das saftige Steak wird am besten medium oder medium-rare gebraten und mit frischem Salat kombiniert. Besonders Radieschen bringen hier eine schöne Würze ins Spiel.



Zutaten für 1 großes Baguette:

1 Brot, z.B. Baguette oder Ciabatta

Für die Senfsauce:

3 EL Senf

1 EL Ketchup

½ TL Paprikapulver

½ TL Cumin

1 Prise Chilipulver

Für die Bohnen-Minze Paste:

50g weiße Bohnen

100g TK-Erbesen

2 Zweige frische Minze

2 EL Olivenöl

Pfeffer & Salz

½ Zitrone

1 kleine Knoblauchzehe

¼ Zwiebel

50g griechischer Joghurt

Für den Belag:

400g Steak, am besten Entrecôte

Olivenöl

Salz & Pfeffer

50g Rucola

2 Tomaten, z.B. Ochsenherzen

6 Radieschen

1/3 Salatgurke

Zubereitung:

Für die Bohnen-Minze Paste werden die Bohnen 12 Minuten in Salzwasser gekocht, die Erbsen 8 Minuten. Die Knoblauchzehe, die Zwiebel und die Minze sehr fein hacken und zusammen mit Bohnen und Erbsen in den Mixer geben. Saft und Abrieb der Zitrone, Olivenöl, Pfeffer und Salz zufügen und alles zu einer leicht stückigen Paste mixen. Den Joghurt dazu geben und nochmal zu einer glatten Paste mixen.

In einer Schüssel Senf, Ketchup, Paprikapulver, Chilipulver und Cumin zu einer würzigen Sauce verrühren.

Das Steak rundherum salzen und in einer heißen Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten. Die Hitze reduzieren und abhängig von der Dicke von jeder Seite in etwa 3-4 Minuten fertig braten. Erst danach mit Pfeffer würzen und 3 Minuten ruhen lassen.

Den Rucola waschen, Tomaten, Gurke und Radieschen in dünne Scheiben schneiden.

Das Brot im Ofen aufbacken bis es den gewünschten Knuspergrad hat. Aufschneiden und den Boden mit der Bohnen-Minze Paste und den Deckel großzügig mit der Senfsauce bestreichen.

Den Boden mit Rucola, Gurke, Tomate und Radieschen belegen. Das Steak vom Fettauge befreien und in dünne Streifen aufschneiden. Das Fleisch großzügig auf dem Salat platzieren und dann behertzt den Deckel aufsetzen.

Mit Holzspießen fixieren und erst danach in Stücken schneiden.

Greift zu!