Steak au poivre parisienne classique

Pariser Pfeffersteak – klassisch

2 Personen

ZUTATEN:

2	Rindermedaillons aus dem Mittelstück ((à 200 – 250 g)
1 EL	Butterschmalz
	Fleur de sel
2 EL	Butter

MÉLANGE NOIR:

2 TL	schwarzer Pfeffer
1 TL	Kubebenpfeffer
4 Stück	langer Pfeffer
6 Stück	Nelkenpfeffer (Piment)

SAUCE:

200 ml	Rinderjus
4 cl	Cognac
1 TL	Demiglace oder
1 Msp.	Fleischextrakt
1 TL	grüner Pfeffer (Konserve)
1 EL	Crème double
1 EL	Crème fraîche

BEILAGEN:

Grüne Bohnen im Speckmantel
Carottes parisiennes glacées
Pommes de terre sautées

1 Vorab Backofen auf 100 °C Ober/Unterhitze verheizen und ein kleines Kuchengitter sowie einen ofentauglichen großen Teller bereitstellen. – Für die »Mélange noir« den Pfeffer in einer kleinen Pfanne trocken erhitzen, bis die Körner »springen«, sofort in einen Mörser geben und grob zerstoßen. – Rindermedaillons gut parieren, in einer Eisenpfanne das Butterschmalz (Rauchpunkt 205°) stark erhitzen und die Medaillons auf jeder Seite (ungewürzt!) scharf anbraten, dabei nur einmal (!) wenden. Steaks mit Cognac flambieren und vollständig abbrenne lassen.

2 Die Medaillons in der »Mélange noir« wenden und etwas andrücken, auf das Gitter über den Teller legen, mit Fleur de sel bestreuen und auf der mittleren Schiene des Backofens die Medaillons 18 Minuten medium garen. (bei einer Dicke von 3 cm ist die Garzeit 25 Min., bei 4 cm 32 Min.) – Nach dieser Garzeit in einer anderen Pfanne die Butter schaumig auslassen, die Medaillons hinein legen und noch eine Minute bei milder Hitze in der Butter unter ständigem Beschöpfen aromatisieren. – Alle Nuancen der Pfeffermischung werden dann voll entfaltet.

3 In der Zwischenzeim Rinderjus und Rotwein dazu gießen und den Bratensatz lösen. Dann in eine kleine Kasserolle durch ein feines Sieb umgießen und auf etwa 50 ml reduzieren. Kurz vor dem Servieren die Sauce nochmals erhitzen, Crème double und Crème fraîche unterrühren und den abgetropften grünen Pfeffer zufügen. Evtl. noch etwas köcheln lassen; die Sauce soll zum Schluss eine leicht cremige Konsistenz haben. – Mit Demiglace oder Fleischextrakt abschmecken.

ANRICHTEN: Mt glacierten Pariser Karotten und grünen Bohnen im Speckmantel (klassische Beilage) sowie Pommes de terre sautées (von rohen Kartoffeln!) auf gut vorgewärmten Tellern (TIPP: mit in den Backofen stellen) servieren. Dazu einen Saucenspiegel von je zwei Esslöffel auf die Teller geben, Medaillon darauf platzieren, Karotten und Bohnenbündel anlegen. Medaillons mit Petersilienzweig und/oder, wenn verfügbar, mit einer kleinen frischen grünen Pfefferrispe garnieren.

© Für alle Inhalte: Ingo Merbeth • 2016 – | Bilder, Texte, Grafik, Typografie und Layout sind urheberrechtlich geschützt. Das Dokument ist ausdrücklich nur für persönliche Zwecke nutzbar. Veröffentlichung oder Verbreitung jedweder Art, auch in Teilen, bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung des Autors.