Steak – Carpaccio mit Dijon – Senfsauce, das schnelle Single Gericht

- **Portionen:** 2
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 8m
- **Fertig in** 13m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '13', 'cook_time' : '8m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '2', 'yield' : '' });

Für Genießer, die kein rohes Fleisch essen wollen, ein butterzarter, würziger Genuss

Zutaten

- 2 Rumpsteaks à 200 g
- Eine Handvoll geputzter, knackiger aufgefrischter Frisèe Salat
- 3 El gute Mayonnaise
- 2 El Bio Joghurt
- 2 Tl Dijon Senf
- 3 El Olivenöl
- Etwas Butter
- 1 Tl Murcia Kapern, geröstet
- 1 Spritzer Weinessig
- 1 kleine rote Zwiebel in feinen Ringen
- 1 Tl bunter, eingelegter Pfeffer, gehackt
- Salz, Pfeffer, eine Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Das Steak-Carpaccio:

Schritt2

Die Steaks zunächst auf der Fettseite 2 - 3 mal einschneiden.

Schritt3

Mit Salz, Pfeffer, ev.etwas Knoblauch würzen und dünn mit Senf auf einer Seite einstreichen.

Schritt4

In heißem Olivenöl mit etwas Butter von beiden Seiten 11/2 min. anbraten, Farbe nehmen lassen.

Schritt5

Die Pfanne zurückziehen und nach eigenem Geschmack „ausruhen“ lassen..

Schritt6

Die Kapern kurz in einer Stielpfanne ca. 2 min. anrösten, die roten Zwiebeln und den bunten Pfeffer dazu geben, zusammen etwas schmoren lassen.

Schritt7

Die Dijons Senfsauce:

Schritt8

Den Senf mit dem Bio - Joghurt und einem El Olivenöl aufrühren, salzen, pfeffern ev. mit einer Prise Zucker und einem Spritzer Weinessig herzhaft nachschmecken.

Schritt9

Anrichtevorschlag:

Schritt10

Den knackig aufgefrischten Frisèe Salat als Bouquette zusammengefasst, „mittig“ anrichten und mit dem Senfdressing beträufeln. Die gerösteten Kapern und die Zwiebeln verteilen.

Schritt11

Das dünn aufgeschnittene Steakfleisch drum herum drapieren.

Schritt12

Dazu reiche ich Röstbrot wie Baguette oder auch Ciabatta Brot

Rezeptart: Rindfleisch **Tags:** einfach und schnell, senfsauce

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/steak-carpaccio-mit-dijon-senfsauce-das-schnelle-single-gericht/