

Flanksteak mit Rucola und Shiitake-Pilzen

Zutaten (für 4 Personen):

- 800 g Flanksteak
- 80 g Butterschmalz und Rapsöl
- Meersalz
- Pfeffer
- 300 g Shiitake-Pilze
- Olivenöl
- 150 g Rucola
- Frittierfett
- japanische Mayonnaise
- Teriyaki-Soße

Flanksteak von Sehnen und Fett befreien. Ungewürzt von jeder Seite in Butterschmalz und Öl etwa 1 Minute anbraten. Es sollte medium rare sein. Das Steak aus der Pfanne heben, auf ein Brett legen und von beiden Seiten mit Meersalz und Pfeffer einreiben.

Die Stiele der Pilze entfernen. Dann in feine Scheiben schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Shiitake-Pilze kurz und scharf darin anbraten.

Rucola waschen und gut trocknen, sonst spritzt es beim Frittieren. Frittierfett in einen Topf geben. Wenn es leichte Blasen wirft, ist es heiß genug. Rucola hineingeben und kurz frittieren. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Flanksteak in schmale Stücke schneiden und auf Tellern anrichten. Mayonnaise und Teriyaki-Soße quer zum Fleisch über die Steakscheiben geben. Pilze um die Steakscheiben herum anrichten. Den frittierten Rucola in die Tellermitte geben.

Sendung/Quelle: Sass: Gutes aus dem Norden

Sendetermin: 07.08.2022

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen