

PFEFFERSTEAK MIT DER PERFEKTEN PFEFFERRAHMSAUCE

Vorbereitungszeit: 15 Min. | Garzeit: ca. 30 Min. | 2
Personen



Pfeffersteaks sind ein absoluter Klassiker der französischen Bistroküche. Zusammen mit der Pfefferrahmsauce entfaltet es ein wunderbares Aroma mit einer leichten Schärfe. Einfach bombastisch. Ich zeige euch, wie das

Steak auf den Punkt gegart wird.

Schritt 1

Fleisch mit kaltem Wasser waschen und anschließend mit Küchenpapier trocknen (das gilt nur für vakuumverpacktes Fleisch). Schalotte schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Fleisch von beiden Seiten gut salzen.

Schritt 2

Ein wenig Öl in eine Pfanne geben, Fleisch dazugeben und anbraten, bis sich eine Kruste gebildet hat. Steaks dann wenden und von der anderen Seite anbraten. Währenddessen eine Knoblauchzehe in der Schale andrücken und in die Pfanne geben. Ebenso Thymian, Rosmarin und Butter hinzufügen. Die Steaks mit der zerlaufenden Butter übergießen, anschließend aus der Pfanne nehmen und auf ein Ofenblech legen.

Schritt 3

Steaks leicht pfeffern. Ein Fleischthermometers mittig an der dicksten Stelle einstechen und die Temperatur messen. Bei 55-57°C ist das Fleisch medium. Dafür Ofen auf 80°C Ober-/Unterhitze heizen und die Steaks auf mittlerer Schiene gar werden lassen. Bei Bedarf Hitze auf 100-120°C erhöhen.

Schritt 4

Währenddessen für die Sauce Butter in die Pfanne geben und auf niedriger Stufe erhitzen. Dann die Schalotten dazugeben und anschwitzen lassen. Cognac hinzugeben und wer möchte kann ihn flambieren (aber auf keinen Fall unter der Dunstabzugshaube, wegen Brandgefahr). Wenn der Alkohol verbrannt ist und sich die Flüssigkeit eingekocht ist, mit Sahne aufgießen. Zum Schluss die Pfefferkörner ohne Lake hinzufügen und mit Salz würzen.

Bei Bedarf Kalbsjus hinzufügen. Sauce einkochen lassen, bis sie die gewünschte Konsistenz hat.

Schritt 5

Steaks aus dem Ofen nehmen und den entstandenen Fleischsaft zu der Sauce in die Pfanne gießen. Steaks auf einem Teller anrichten und mit der Pfefferrahmsauce übergießen. Dazu passen z. B. Bohnen und Kartoffelbeilagen wie Rösti. Guten Appetit!

* Mit dem Kauf dieser Produkte bekomme ich eine kleine Provision. Ihr unterstützt damit meinen Kanal. Für euch bleibt der Preis allerdings gleich, es kostet also nicht mehr.

Meine Töpfe und Pfannen*:

Tipps

Das Fleisch sollte mindestens 2-3 cm dick geschnitten sein, damit es beim Braten nicht direkt durch ist.

Fleisch vor Verwendung ca. 1-2 Stunden aus dem Kühlschrank nehmen. Bei Zimmertemperatur ist es einfacher, das Fleisch rosa zu braten.

Wird das Fleisch bei 120°C oder höher im Ofen gegart, sollte es nach dem Herausnehmen noch mindestens fünf Minuten bei Zimmertemperatur ruhen.

Wird das Fleisch bei 180°C im Ofen gegart und soll es 55°C Kerntemperatur bekommen, muss es ca. 3-4 Grad

vorher aus dem Ofen genommen werden, da das Fleisch außerhalb des Ofens noch weitergart.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Ribeye- oder Rumpsteaks (je 2-3 cm dick)
- 1 Schalotte
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- etwas Pflanzenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- ca. 20 g Butter
- ca. 2 cl Cognac
- 250 ml Sahne
- 2-3 TL Pfefferkörner in Lake
- etwas Kalbsjus (optional)

Wie gefällt dir das Rezept?

Klicken Sie auf einen Stern, um dieses Rezept zu bewerten!

Bewertung abgeben

Durchschnittliche Bewertung 4.7 / 5. Anzahl der Bewertungen 32

Bisher noch keine Bewertung! Seien Sie der Erste, der dieses Rezept bewertet.

[Meine Feierabendküche*](#)