

KochZeit online Event

16.11.2023

Goldener Herbst

Vorspeise:

Warmer Champignon-Salat mit Ciabatta

Hauptgang:

Rumpsteak mit Senfkruste und
Ofengemüse

Dessert:

Zwetschgen-Crumble

Warmer Champignonsalat

- ▶ Champignons säubern, putzen und in Scheiben schneiden.
- ▶ Frühlingszwiebeln putzen, abspülen und gut 2/3 in feine Röllchen schneiden. Den Rest beiseite legen.
- ▶ Knoblauch pellen. Zucchini abspülen, putzen und klein würfeln.
- ▶ 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Champignons, Frühlingszwiebeln und Zucchini darin 4-5 Minuten dünsten. Knoblauch dazu pressen und mit Kräutern der Provence, Salz und Pfeffer würzen.
- ▶ Restliches Olivenöl mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer verrühren. Die Vinaigrette über die Champignon-Zucchini-Mischung geben.
- ▶ Die Champignons mit den beiseitegelegten Frühlingszwiebeln garnieren.

Rumpsteak mit Senfkruste und Ofengemüse mit Knobi-Dip

Rumpsteak mit Senfkruste und Ofengemüse

- ▶ 1 rote und 1 gelbe Paprikaschote putzen, waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen. Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. 400 g kleine Kartoffeln gründlich waschen, längs halbieren. Mit Paprika in einer Schale mit etwas Öl, Salz und Pfeffer mischen.
- ▶ Gemüse auf ein Backblech geben und im heißen Ofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf der mittleren Schiene 35-40 Min. garen.
- ▶ Das Paniermehl mit 40 g weicher Butter, 1 EL mittelscharfem Senf, 1 TL grobem Senf, Salz und Pfeffer mischen. Kaltstellen.
- ▶ Die Rumpsteaks (à ca. 200 g) von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.
- ▶ 1 EL Öl in einer Pfanne sehr stark erhitzen. Steaks darin 2 Min. auf jeder Seite braten.
- ▶ Senfbutter auf dem Fleisch verteilen, fest andrücken.
- ▶ Fleisch auf das Gemüse setzen, 3-4 Min. unter dem heißen Ofengrill goldbraun überbacken.
- ▶ Blech aus dem Ofen nehmen, Fleisch 3-4 Min. ruhen lassen.
- ▶ Gemüse mit Petersilie bestreut zu den Steaks servieren.

Knobi-Dip

- ▶ Alle Zutaten verrühren und den Knoblauch dazu pressen.

Zwetschgen-Crumble

- ▶ Ofen auf 180 Grad vorheizen.
- ▶ Zwetschgen waschen, putzen und in kleine Stückchen schneiden. Zu den Zwetschgen 50 g Zucker, Zimt, Vanille, Saft und geriebene Schale der Zitrone dazugeben und 10 Minuten stehen lassen.
- ▶ Dann 50 g Butter in Stückchen geschnitten dazumischen.
- ▶ Mehl, Backpulver und 50 g Zucker vermischen. 70 g Butter dazugeben und alles gut vermischen, bis sich Streusel bilden.
- ▶ Zwetschgen in eine Form (oder mehrere kleine Förmchen) verteilen und darüber die Streusel verteilen. Darüber könnt ihr noch etwas Zucker streuen, damit die Kruste schön knusprig wird.

30-40 Minuten backen.

Am besten heiß und mit Vanilleeis servieren!