

Weißkohl, Steak, Baguette

Für 2 Portionen

0,25 Weißkohl	0,5 weiße Zwiebel	3 EL
2 Rumpsteaks á 120 g	2 EL Butter	1 Baguette
5 Kirschtomaten	Bratöl mit Butter	Würzmix
Barbeque Gewürz	Gewürzsalz	
Pfeffermix	5 getrock. Tomaten	
0,5 Knoblauchzehe	1 EL	1 Bund Basilikum
2 TL Tomatenmark	1 Stück Parmesan	

Weißkohl in grobe Streifen, Zwiebel in dünne Halbringe schneiden. 1 EL Bratöl in einer Sautépfanne erhitzen, beides darin bei mittlerer bis hoher Hitze anbraten.

Rumpsteaks mit Würzmix, Barbecue Gewürz und Gewürzsalz kräftig würzen und bei hoher Hitze in einer weiteren Pfanne mit 2 EL Bratöl anbraten.

Baguette halbieren und längs aufschneiden, mit der Schnittfläche nach unten in die Pfanne zum Steak legen und mitrösten.

Wenn das Brot goldbraun ist, aus der Pfanne nehmen und das Steak weiter braten, bis der gewünschte Gargrad erreicht ist.

Zuletzt mit 1 EL Butter arrosieren. Das Baguette mit der Bratbutter beträufeln.

Kirschtomaten vierteln, getrocknete Tomaten in Streifen schneiden und beides zum Kohl in die Pfanne geben. Knoblauch fein reiben und dazugeben. Mit Olivenöl, Gewürzsalz und Pfeffermix abschmecken. Basilikum waschen, grob hacken und zum Schluss unter das Gemüse heben. Mit 1 EL Butter abrunden.

Untere Baguettehälften mit 2 TL Tomatenmark bestreichen und Parmesan drüberreiben. Das Gemüse auf den Baguettehälften verteilen und Butter aus der Pfanne drüberträufeln. Steak in dünne Streifen schneiden und auf das Gemüse legen. Mit Gewürzsalz und noch mehr Parmesan abrunden und die oberen Baguettehälften zum Servieren auflegen.

Steffen Henssler am 01. August 2025