



www.genussfernsehen.at

**FOLGE 6:
GASTHOF MADERTHANER-SCHAFELNER, Weistrach**

**Filetsteak mit Gemüse, Ofenkartoffel
4 Personen**



800 g Rindsfilet, am Besten vom Fleischer des Vertrauens
zu 200 g portionieren lassen
Olivenöl wenn man eine Grillplatte verwendet

Das Filet zuerst auf der Sizzle Zone (extrem heisse Zone auf NAPOLEON-Gasgrill) auf beiden Seiten scharf angrillen, bis das gewünschte Muster entsteht. Dabei sollte man das Fleisch nur einmal wenden. Weiter gegrillt wird entweder auf der Grillplatte, wo ein paar Tropfen Olivenöl sicher zur Saftigkeit beitragen, oder über der Gasflamme.



Gemeinde Weistrach
www.weistrach.gv.at



Gasthof Maderthaner
www.gasthof-maderthaner.at



Weingut Stierschneider – Kartäuserhof
www.stierschneider.at



Hofmanufaktur Weistrach
www.hofmanufaktur.at



HEINZ Tomatenketchup
www.heinz-ketchup.at



Roi Thai Kokosnussmilch
www.facebook.com/WinkelbauerDelikatEssen



www.genussfernsehen.at

Die Dauer des Grillens ist nicht nur von der Dicke des Grillguts abhängig und der Qualität (Reifegrad, Alter des Tieres, Fettanteil) sondern auch ob man es direkt aus dem Kühlschrank nimmt oder etwas antemperiert.

Hier entscheidet eindeutig das persönliche Gefühl, probieren geht über studieren und Übung macht den Meister. Unbedingt einplanen sollte man das Rasten des Fleisches, für welches ich eine Zeitfenster von ca. 10 Minuten bei ca. 100 Grad einplane. Mein Tipp: Lieber die Sache etwas "blutiger" angehen, ist das Filet zu blutig, einfach wieder auf den Griller legen.

In der Zwischenzeit lässt sich das Gemüse zubereiten:

frisches Gemüse nach Saison wie Zucchini, Champignons, Tomaten, Paprika, Spargel... in möglichst gleich große Stücke schneiden, in Olivenöl anbraten, mit Salz würzen. Besondere Geschmacksvarianten lassen sich durch Zugabe von etwas Cocosmilch oder einer Curry-Grill-Soße erzielen.

Den fertig gegarten Kartoffel (160 Grad ca 50 min je nach Größe) mit Kräuterdip füllen.

Das Steak auf dem Grillgemüse anrichten, Ofenkartoffel beifügen, eventuell mit Kräutern garnieren.



Gemeinde Weistrach
www.weistrach.gv.at



Gasthof Maderthaler
www.gasthof-maderthaler.at



Weingut Stierschneider – Kartäuserhof
www.stierschneider.at



Hofmanufaktur Weistrach
www.hofmanufaktur.at



HEINZ Tomatenketchup
www.heinz-ketchup.at



Roi Thai Kokosnussmilch
www.facebook.com/WinkelbauerDelikatEssen