

Surf and Turf mit Barbecue-Sauce und zweierlei Potatoe-Wedges

 happy-mahlzeit.com/2022/01/22/surf-and-turf-mit-barbecue-sauce-und-zweierlei-potatoe-wedges

Zutaten für 2 Personen

Für das Surf and Turf:

- 2 Rinderfilets à 200 g
- 4 Riesengarnelen, küchenfertig
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- 4 Zweige Rosmarin
- Butter
- Sonnenblumenöl
- Meersalz
- Pfeffer

Für die Barbecue-Sauce:

- 2 Knoblauchzehen
- 250 ml Tomaten-Ketchup
- 125 ml Apfelsaft
- 100 ml Apfelessig
- 1 EL Worcestersauce
- 1 EL flüssiger Honig
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL gerebelter Thymian
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1 TL Selleriesamen
- Rohrzucker
- Salz
- Chili, aus der Mühle

Für die Potatoe-Wedges:

- 2 große festkochende Kartoffeln
- 2 Süßkartoffeln
- 50 ml Olivenöl
- Meersalz

Zubereitung:

Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rinderfilets und Riesengarnelen kalt abbrausen und trocken tupfen. Zitrone heiß abwaschen und Schale abreiben. Knoblauch abziehen und andrücken. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. In einer Pfanne Butter und Öl erhitzen und Rinderfilets von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Meersalz und Pfeffer würzen und im Ofen 15 Minuten fertig garen.

In einer weiteren Pfanne Butter und Öl erhitzen und Riesengarnelen mit Knoblauch und Rosmarin glasig anbraten. Mit Meersalz und Pfeffer würzen, mit Zitronenabrieb abschmecken.

Für die Sauce Knoblauch abziehen und fein hacken. Ketchup, Apfelsaft, Apfelessig, Knoblauch, Worcestersauce und Honig vermengen und in einem Topf erwärmen. Mit Paprikapulver, Thymian, Kreuzkümmel, Selleriesamen, Rohrzucker, Salz und Chili abschmecken und einkochen. Anschließend die Sauce durch ein feines Sieb geben.

Für die Wedges Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln und Süßkartoffeln waschen, putzen, in Spalten schneiden, auf einem Backblech verteilen, mit Olivenöl vermengen, mit Meersalz bestreuen und 20 Minuten garen.

Surf and Turf mit Barbecue-Sauce und zweierlei Potatoe-Wedges auf Tellern anrichten und servieren.

Rezept: Carsten Herrmann

Quelle: Die Küchenschlacht vom 23. Januar 2017

Episode: Leibgerichte