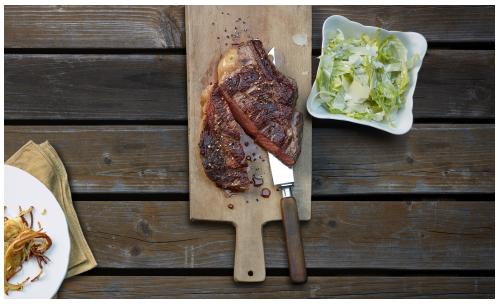
Côtes de bœuf mit Basilikumbutter und Caesar Salad

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 45 min

Aktivzeit: 25 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

2	Côtes de bœuf vom Schweizer Rind (à je ca. 600–700 g)
4 EL	Olivenöl
	grober schwarzer Pfeffer
5 Zweige	Basilikum
4 TL	Zitronensaft
200 g	weiche Butter
	Meersalz
2 EL	Mayonnaise
3	Sardellenfilets (gesalzen, aus dem Glas)
1	kleine geschälte Knoblauchzehe
1	grosser Lattich
40 g	Sbrinz

Nährwerte

1 Portion (ohne Strohkartoffeln) enthält ca.:

910	kcal
67 g	Eiweiss
2 g	Kohlenhydrate
70 g	Fett

Glutenfrei

Laktosefrei

Tipp

Die Côtes de bœuf solltest du in deiner Metzgerei vorbestellen.

Zubereitung

1. Côtes de bœuf mit der Hälfte des Olivenöls und grobem Pfeffer einreiben. 15–20 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

2. Basilikum fein schneiden, mit der Hälfte des Zitronensafts unter die weiche Butter rühren. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Kühl stellen.

3. Aus Mayonnaise, restlichem Zitronensaft, fein gehackten Sardellenfilets, fein zerdrücktem Knoblauch, Pfeffer und Meersalz ein cremiges Dressing rühren. Lattich putzen, waschen, in Streifen schneiden und mit dem Dressing vermengen.

4 Côtes de bœuf in einer heissen Pfanne im restlichem Olivenöl von jeder Seite 3–4 Minuten kräftig anbraten. Im vorgeheizten Backofen bei 225 °C 12–18 Minuten garen. Herausnehmen und in Alufolie gewickelt 5 Minuten ruhen lassen. Portionieren, auf Tellern anrichten und die Basilikumbutter darüber schmelzen lassen. Sbrinz auf den Salat hobeln und sofort servieren.

Dazu passen Strohkartoffeln (pommes paille).