



hr1-DOLCE VITA

Mona Leone & Chris Sandford

Rind mit Mango-Chutney auf Rucolabeet

ZUTATEN

für 4 Personen

350 – 400 g Ribeye-Steak, wenn möglich mit Knochen
1 reife Mango, gewürfelt (etwa 2 x 2 cm große Stücke)
1 rote Zwiebel (etwa 0,5 x 0,5 cm kleine Stücke)
300 g Roquefort oder anderen Blauschimmelkäse, grob gewürfelt
2 – 3 Handvoll Rucola-Salat
Balsam-Essig

ZUBEREITUNG

Das Ribeye-Steak an der heißen Plancha beidseitig versiegeln und ist zum gewünschten Grad garen, etwa 2 Minuten pro Seite. Von der Plancha nehmen und auf einem Teller ruhen lassen.

Als Faustregel gilt, dass Rindfleisch so lange ruhen sollte, wie es gegart hat. Auf der Stelle, auf der das Fleisch gegrillt wurde, die Zwiebelwürfel kurz angrillen. Dann die Mangostücke zugeben. Die Mischung karamellisiert wunderbar und nimmt dabei den Fleischgeschmack auf. Zur Unterstützung mit den, im Teller aufgefangenen Fleischsäften übergießen und gut wenden.

Ganz zuletzt den Blauschimmelkäse dazugeben und anschmelzen. Das Fleisch wieder auf die Plancha legen, um erneut Hitze einzuspeisen. Dabei das Wenden nicht vergessen!

Großzügig Rucola-Salat auf den Tellern verteilen und mit Balsamessig besprenkeln. Nun das Fleisch auflegen und das Mango-Chutney darüber drapieren, fertig.

Guten Appetit!