

Filetsteak gebraten

Das gebratene Filetsteak mit feinen Röstaromen ist ein vorzügliches Fleischgericht. Das Rezept gelingt einfacher als man denkt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 10 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

1 Stk.	Rinderfiletsteak (ca. 200-250 g)
0.5 EL	Butterschmalz
	Salz und Pfeffer (aus der Mühle)

Zubereitung

- 1. Das **Filetsteak** zirka 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Mit Küchenpapier trocken tupfen.
- 2. Das Butterschmalz in einer Pfanne, am besten eine Pfanne aus Gusseisen, stark erhitzen. Das Steak in die Pfanne geben, kurz anheben, damit sich die Butter darunter verteilt.
- 3. Die Temperatur reduzieren und das Filetsteak zirka 2-3 Minuten braten. Wenden und die andere Seite gleich lange braten.
- 4. Von der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen, zwischen zwei Tellern oder in Alufolie wickeln und für zirka 10 Minuten bei 90 °C Ober-/Unterhitze in Backofen ruhen lassen. Jetzt sollte das gebratene Filetsteak Medium durch sein.

Tipp