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