



Steak mit Paprika-Harissa-Sauce

Zutaten für 4 Portionen

Fleisch & Marinade

- » 2 große Steaks aus dem flachen Roastbeef, pariert
600 g
- » 1½ EL Rosen-Harissa
- » ½ TL Meersalzflocken
- » frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Sauce

- » 1 Dose stückige Tomaten 400 g
- » 2 große rote oder gelbe Paprikaschoten ca. 400 g
- » ½ TL Chiliflocken
- » ¼ TL Paprikapulver
- » ½ TL Meersalzflocken
- » 2 EL Olivenöl
- » 1 Knoblauchzehe, geschält & zerdrückt
- » 1 kleine eingelegte Zitrone, entkernt, grob gehackt
Schale + Fruchtfleisch, ca. 25 g
- » 10 g Petersilie, grob gehackt, plus etwas mehr
zum Servieren

Zum Anrichten

- » 1 Zitrone, in 4 Spalten geschnitten
- » Meersalzflocken & schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Steaks marinieren

Steaks in eine Schüssel legen, mit Harissa, ½ TL Meersalzflocken und etwas Pfeffer einreiben. Mindestens 1 Stunde (besser über Nacht) im Kühlschrank marinieren. Vor dem Braten rechtzeitig auf Zimmertemperatur bringen.

Paprika grillen

1. Backofengrill auf höchste Stufe vorheizen. Paprikaschoten 20–25 Minuten grillen, bis die Haut rundherum schwarz ist, dabei 2–3 Mal wenden.
-
2. In eine Schüssel geben, mit Frischhaltefolie abdecken, etwas abkühlen lassen. Haut und Kerne entfernen, Fruchtfleisch in feine Streifen schneiden.

Sauce zubereiten

1. Olivenöl in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Knoblauch 1 Minute anschwitzen.
-
2. Tomaten, Chiliflocken, Paprikapulver, ½ TL Salz und Pfeffer hinzufügen, aufkochen und 7 Minuten köcheln lassen.
-
3. Paprikastreifen, eingelegte Zitrone und Petersilie einrühren. Weitere 7 Minuten köcheln, bis die Sauce leicht eingedickt ist. Vollständig abkühlen lassen.

Steaks braten

Große Pfanne stark erhitzen. Steaks 4–5 Minuten insgesamt braten, dabei einmal wenden, bis sie kräftig gebräunt sind. Aus der Pfanne nehmen, mit etwas Meersalzflöcken bestreuen, 10 Minuten ruhen lassen.

Anrichten

Steaks quer zur Faser in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit der Paprika-Harissa-Sauce servieren, mit Petersilie bestreuen und Zitronenspalten dazu reichen.