

Manfreds Filetsteak

Für 2 Personen

Zutaten:

- 2 Rinder-Filetsteaks (2-3 cm dick)
- Öl
- 1 Zwiebel (Schallotte)
- 1 Knoblauch
- 2 Thymianstängel
- 2 Rosmarinstängel

1. Zwiebeln in Ringe schneiden, Knoblauch pellen und drücken. Öl in der Pfanne erhitzen und Filetsteaks pro Seite 1 min lang scharf anbraten (Stufe 9).
2. Steaks aus der Pfanne nehmen und Fett abgießen. Butter schmelzen (Stufe 5) und Zwiebeln anbraten, Knoblauch zugeben und Filetsteaks in die Mitte geben. Kräuterstängel in die Pfanne legen.
3. Filetsteaks bei mittlerer Hitze pro Seite 5-6 Minuten braten (Stufe 5). Zu Beginn und nach dem Wenden mit Salz und Pfeffer würzen, dazwischen mehrmals mit Butter beschöpfen.

