

## Zur Festtafel – bitte!

Zum Fest der Feste darf es das Besondere sein:  
Feinste Zutaten, liebevoll zubereitet - und auf einer  
festlichen Tafel schön angerichtet.



# Entrecôte an Lavendel- Butter mit Kartoffel-Fächer

Rezept Nr. 51 zum Sammeln [www.coopzeitung.ch/rezept](http://www.coopzeitung.ch/rezept)





## Entrecôte an Lavendel-Butter mit Kartoffel-Fächer

### Zutaten

#### Für 4 Personen

pro Person  
ca. 2525 kJ/604 kcal

### BUTTER

75 g Butter, weich  
½ EL Rosmarin, fein gehackt  
2 TL Lavendel-Honig\*  
¼ TL Salz\*  
Pfeffer aus der Mühle

### KARTOFFELN

4 grosse mehligkochende  
Kartoffeln (je ca. 150 g)  
20 g Butter, flüssig  
½ TL Salz\*

### FLEISCH

4 Entrecôtes (je ca. 200 g,  
ca. 2 cm dick), evtl. Fettrand  
entfernt  
Bratbutter zum Braten\*  
½ TL Salz\*  
Pfeffer aus der Mühle

### Vor- und Zubereitungszeit

ca. 40 Minuten  
Gefrieren: ca. 2 Std.  
Backen: ca. 35 Min.

### Zubereitung

**BUTTER:** Butter mit den Schwingbesen des Handrührgerätes schaumig rühren, Rosmarin und Lavendelhonig darunter mischen, würzen. Masse ca. 7 mm dick zwischen einem halbierten, gefalteten Backpapier ausstreichen, ca. 1 Std. gefrieren. Mit einem Ausstecher kleine Formen (z. B. Tannenbäume) ausstechen, nochmals ca. 1 Std. gefrieren (s. kleines Foto). Evtl. Resten etwas antauen, Masse nochmals ausstreichen, gefrieren und weitere Formen ausstechen. Lavendel-Butter ca. 15 Min. vor dem Servieren in den Kühlschrank stellen.

**KARTOFFELN:** Kartoffeln schälen, längs in ca. 2 mm dicke Scheiben schneiden, mit Butter bestreichen, salzen. Die Scheiben einer halben Kartoffel leicht versetzt halbkreisförmig auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Vorgang 7-mal wiederholen.

Backen: ca. 35 Min. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens.

**FLEISCH:** Entrecôtes ca. 30 Min. vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Entrecôtes beidseitig je ca. 1 Min. anbraten, Hitze reduzieren, bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 1½ Min. fertig braten (à point), würzen.

**Anrichten:** Fleisch auf vorgewärmten Tellern anrichten, Lavendel-Butter darauflegen. Kartoffel-Fächer dazu servieren.

**Dazu passt:** gedämpftes Mini-Gemüse.

\* Diese Zutaten sind nicht als Naturaplan-Produkte erhältlich

Coopzeitung online



Sehen Sie im Video, wie einfach es ist, die Kartoffel-Fächer zuzubereiten:



www.coopzeitung.ch/  
rezeptvideo

### Tipp



Ausgestochene Formen mitsamt dem Backpapier auf einem Brettchen in den Tiefkühler stellen.

Weitere Festtags-Rezepte in der Beilage dieser Ausgabe.

## Gut zu wissen Entrecôte – eine Eiweissbombe



**Thekla Homberger**  
Fachstelle  
Ernährung

Das Entrecôte, ein Steak aus dem Zwischenrippenstück des Rinds, leistet einen wichtigen Beitrag zur gesunden und ausgewogenen Ernährung. Rindfleisch enthält hochwertige Proteine, die sogenannte essenzielle Aminosäuren liefern. Diese kann

unser Körper nicht selber herstellen, sie sind jedoch die Bausteine des menschlichen Körpers. Darüber hinaus enthält Rindfleisch wichtige B-Vitamine sowie das Mineral Eisen, das unser Körper für die Energiegewinnung und Blutbildung benötigt. Und nicht zuletzt schmeckt ein saftiges Entrecôte, mit Kartoffeln und einem knackigen Salat, schlicht hervorragend.

### Der passende Wein Humagne Rouge AOC Bibacchus

**Preis:** Fr. 12.90\* statt Fr. 15.90/ 75 cl

**Herkunft:** Wallis  
**Rebsorte:**

Humagne Rouge

**Genussreife:**

2-4 Jahre ab Ernte

**Erhältlich:** in grösseren Coop-Verkaufsstellen oder unter:

link

www.coopathome.ch

\*Aktion gültig bis 3. Januar 2009 oder solange Vorrat.

