

**Rezept** · Bei einer Rundreise durch die 7.564.221 Kochseiten im Internet auf der Suche nach Rezepten für den ächten Düsseldorfer Senfrostbraten bin ich auf dermaßen viel Blödsinn gestoßen wie noch bei keiner Recherche. Da wird ein Roastbeef-Braten mit irgendwas gratiniert, das Senf und Zwiebel enthält, da werden diese beiden Zutaten zum Überbacken in eine Bernaise gemischt, da verwenden manche Unwissende Schlagsahne, und die ganz Schlimmen braten die Steaks vor dem Gratiniere gar nicht erst an. Das ist erschreckend. Da halte ich mich doch lieber an die Varianten, die in unserer schönen Stadt in vielen Brauhäusern und Restaurants serviert werden. *[Lesezeit ca. 3 min]*

**Unterstützt TD!** Dir gefällt, was wir schreiben? Du möchtest unsere Arbeit unterstützen? Nichts leichter als das! Unterstütze uns durch das **Abschließen eines Abos** oder durch den Kauf einer **Lesebeteiligung** – und zeige damit, dass The Düsseldorfer dir etwas wert ist.

Das Prinzip ist simpel: Medium rare gebratene Rumpsteaks werden mit einer Senfzwiebelkruste gratiniert. Dazu gibt's normalerweise Bratkartoffeln und einen kleinen Salat, gelegentlich aber auch Gewürzgurken oder die Art Apfelkompott, die zum Sauerbraten gereicht wird. Konzentrieren wir uns aber einmal auf diese ominöse Kruste.

### Die Zutaten (für 2 Stück):

2 schöne Rumpsteaks zu je ca. 180 g  
1 Gemüsezwiebel  
2~3 EL ABB-Mostert oder mittelscharfer Löwensenf  
Semmelbrösel nach Bedarf  
1 Schuss Weißwein  
neutrales Öl  
Zucker, Salz, Pfeffer

### Die Zubereitung:

Die Krustenmasse muss fertig sein bevor die Steaks auf den Grill oder in die Pfanne kommen. Außerdem sollte der Backofen mit seiner Grillfunktion auf 200° vorgeheizt sein bzw. bei reiner Oberhitze auf 220°. Wie du die Rumpsteaks auf den richtigen Gargrad bekommst, wirst du schon selbst wissen.

Die einzige Vorarbeit, die du zu tun hast: die Gemüsezwiebel in recht feine Würfel schneiden.

Ich bestehe übrigens darauf, eine dicke Gemüsezwiebel anstelle der „normalen“ gelben Haushaltszwiebel zu verwenden; sie ist sanfter und haut mit ihrem Aroma nicht alles kurz und klein. Erhitze ein wenig neutrales Öl (Raps oder Sonnenblume) in einer passenden Kasserolle und schwitze die Zwiebelwürfel darin sanft an. Salzen kannst du gleich zu Beginn. Nach 2,3 Minuten rührst du 1~2 TL Zucker auf dem Topfboden ein, dass er leicht karamelisiert. Dünste die Zwiebeln bei kleiner Hitze um die 10 Minuten. Dreh dann die Flamme hoch und lösche mit einem Schüsschen trockenem Weißweins ab. Lass alle Flüssigkeit bei sanfter Hitze fast ganz einkochen. Die Zwiebelmasse sollte recht weich sein. Zieh die Kasserolle vom Feuer und rühr den Mostert bzw. Senf ein.

Nach allem, was ich von den einschlägigen Düsseldorfer Rostbrättern erfahren habe, nehmen die meisten tatsächlich den mittelscharfen Löwensenf, außer in den Hausbrauereien, da wird ABB Mostert bevorzugt. Mir persönlich schmeckt letzteres besser. Hast du eine ganze Gemüsezwiebel verwendet, verträgt die Masse mehr als 2 EL Mostert bzw. Senf. Mit eingerührten Semmelbröseln kannst du die Konsistenz regulieren. Das Ergebnis muss gut durchziehen, damit das Paniermehl wirklich eingebunden ist. Zum Schluss würzt du mit schwarzem Pfeffer und – falls nötig – mit Salz. Das einzige andere Gewürz, das ich persönlich noch zulassen würde, wäre unscharfes Paprikapulver für die Farbe und ein wenig mehr Aroma.

Sind die Steaks fertig, streichst du auf jedes Stück eine mindestens daumendicke Schicht Zwiebelskrustenmasse. Hat sie die richtige Konsistenz, wird sie leicht haften. Dann schiebst du die bestrichenen Rumpsteaks unter den Grill bzw. in den Backofen. Wie lange das Gratieren dauert, hängt von vielen Faktoren ab; länger als ein paar Minuten jedoch eher nicht. Ziel der Übung ist, dass sich oben eine feste Kruste bildet, die eine schöne Farbe hat.