Mariniertes Rindernackensteak mit Pfifferlingen und Hefeklößen

Nackensteak, Pfifferlinge, Sauce und ein Kloß

Hefeklöße lassen sich pikant als Beilage zu Suppen, Eintöpfen oder deftigen Fleischgerichten oder in einer süßen Variante als Nachspeise mit Vanillesauce oder Kompott verwenden. In diesem Gericht verwende ich sie als Beilage zu einem marinierten Nackensteak, das ich mit Pfifferlingen und einem leckeren Sößchen zubereitet habe. Die Klöße saugen die Soße gut auf und da sie sehr sättigen, machen sie das Gericht zu einer vollwertigen Hauptmahlzeit. Hefeklöße sind eine echte Bereicherung für jedes deftige Fleischgericht mit Sauce.

Die Zubereitung von Hefeklößen hat Nachteile und Vorteile. Sie ist sehr zeitintensiv, da der Hefeteig schließlich mehrmals aufgehen muss. Auch wenn man wie hier einen Dampfgarer verwendet anstelle in der klassischen Zubereitungsart eine

große Pfanne mit Deckel – was tatsächlich Zeit spart –, sollte man für die Zubereitung schon einige Stunden einplanen. Allerdings kann man Hefeklöße aus diesem Grund gut am Vortag der eigentlichen Verwendung zubereiten. Sie halten sich im Kühlschrank durchaus bis zum kommenden Tag. Und sie schmecken auch kalt aus der Hand gegessen sehr lecker. Außerdem bereitet man wie in diesem Rezept gleich eine größere Menge davon zu, weil sie sich gut einzeln oder mehrere zusammen in Gefrierbeuteln einfrieren lassen. Und aufgetaut sind sie in der Mikrowelle schnell wieder erhitzt.

Und wenn man die Hefeklöße am Vortag zubereitet, passt es auch zur restlichen Zubereitung, da man das Steak über Nacht mariniert. Was macht man nur, wenn man eine Flasche exquisiten Cognac bekommen hat, aber keinen Alkohol trinkt? Man kann ihn ja schließlich nur verkochen, und somit wandert etwas davon mit anderen Zutaten in die Marinade und würzt das Fleisch. Das Fleisch gibt man am besten mit der Marinade in einen gut zu verschließenden Gefrierbeutel, knetet es ein wenig durch und gibt es für eine Nacht in den Kühlschrank. Das Steak bekommt beim Anbraten nur genau 2 Minuten auf jeder Seite und ist dann sicherlich noch rare. Aber durch das Warmhalten unter Alufolie, wo das Fleisch entspannen kann, und das nach Fertigstellung der Sauce erfolgende Erhitzen in der Sauce wird das Steak dann doch medium. Handelsüblicher Steakpfeffer enthält auch Salz, so dass das abschließende Würzen damit ausreichen sollte.

Ich bin übrigens vor kurzem beim Recherchieren nach einer geeigneten Marinade für das Fleisch auf die Website meiner Foodblogger-Kollegin Anja gestoßen, das ist „Die Frau am Grill“. Aber keine Bange, fast alle Rezepte, die sie für den Grill entwickelt und das Gericht dann auf ihm zubereitet, kann man auch zuhause ganz gewohnt auf dem Herd oder im Backofen zubereiten. Das Foodblog enthält viele Beiträge von ihr und auch anderen Autoren. Es geht rund um die Themen Grillen und Kochen. Mit Tipps & Tricks von Profis. Mit Videos. Mit

Interviews. Mit Produkttests. Und besonders auch mit Rezepten zu Fleisch, Fisch, Beilagen, Süßem, Saucen, Dressings etc. …

Ich bin da vor allem auf Ihr Rezept zum Sauerbraten gestoßen, in dem sie sehr ausführlich über die Zubereitung schreibt. Wussten Sie, dass es mehrere Arten gibt, einen Sauerbraten einzulegen und zuzubereiten? Das gibt es den rheinischen Sauerbraten, den badischen, den fränkischen, schwäbischen, westfälischen usw. Lesen Sie doch einmal dort weiter und kochen Sie das nach. Mit Sicherheit ein gelungenes und schmackhaftes Gericht!

Zutaten für etwa 15 kleine Dampfnudeln:

500 g Mehl
1 Würfel frische Backhefe (42 g)
250 ml Milch
50 g Zucker
2 Eier

Zutaten für Steak und Sauce:

1 Rindernackensteak, etwa 450 g

1 Knoblauchzehe
1 rote Chilischote
½ TL Steakpfeffer
4 cl Cognac
¼ Zitrone (Saft)

100 g Pfifferlinge
100 ml Bratenfond
1 Zweig frischer Rosmarin
Salz
Steakpfeffer
schwarzer Pfeffer
Butter

Zubereitungszeit:

Hefeklöße: Vorbereitungszeit 15 Min. | Gärdauer 2 Stdn. | Garzeit 15 Min. pro Dämpfvorgang
Steak/Sauce: Vorbereitungszeit 5 Min. | Marinierzeit 12 Stdn. | Garzeit 15 Min.

Für das Marinieren:
Knoblauchzehe schälen, Knoblauch und Chilischote kleinschneiden. Cognac in eine kleine Schüssel geben, Zitronensaft, Knoblauch, Chilischote und Steakpfeffer dazugeben und alles gut verrühren. Steak in einen Gefrierbeutel geben, die Marinade hineingeben, den Beutel gut verschließen und alles kräftig durchkneten. Über Nacht in den Kühlschrank geben.

Für den Vorteig:
In einer Rührschüssel etwas Mehl, Milch, den ganzen Zucker und die ganze Hefe zu einem flüssigen Teig verrühren und mit einem frischen Küchentuch zugedeckt 30 Minuten an einem warmen Platz gehen lassen.

Für den Hefeteig:
Restliches Mehl, Milch und die Eier hinzugeben und mit einem Rührgerät zu einem Teig verrühren. Den Teig ebenfalls zugedeckt 1 Stunde an einem warmen Platz gehen lassen, so dass er sich verdoppelt.

Auf ein großes Arbeitsbrett etwas Mehl verstäuben, den Teig aus der Schüssel nehmen und mit der Hand auf dem Brett verkneten. Etwas Mehl hinzugeben, wenn er noch klebt, der Teig soll fest und trocken sein. Für kleine Hefeklöße eine längliche, nicht zu dicke Rolle daraus formen. Nacheinander Scheiben abschneiden und diese zu Kugeln formen. Ein großes Brett (oder auch Backblech) mit Mehl bestäuben und die Kugeln mit Abstand zueinander darauf legen. Nochmals mit einem Küchentuch zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

Zubereitung im Dampfgarer:

Mein Tefal Dampfgarer VitaCuisine Compact hat drei Ebenen, auf denen Hefeklöße gleichzeitig gedämpft werden können. Man sollte beim Dämpfen im Dampfgarer bedenken, dass die Klöße darin nochmals aufgehen. Denn sie bestehen ja aus Hefeteig und werden gedämpft. Bereitet man kleine Klöße zu, passen auf jede Ebene etwa 2 Klöße, somit in den Dampfgarer insgesamt 6 Klöße. Hat man große Klöße, passt nur 1 Kloß auf jede Ebene und somit 3 Klöße in den Garer. Das sollte man bei der jeweiligen Anzahl und Größe der Klöße bezüglich der kompletten Dämpfzeit beachten.

Den Einsatz des Dampfgarers herausnehmen, die Hefeklöße mit einem Pfannenwender vorsichtig auf die Ebenen geben und den Einsatz an einen warmen Ort stellen. Einen halben Liter Wasser in den Dampfgarer geben und auf 90 Grad Celsius erhitzen. Wenn diese Temperatur erreicht ist, den Einsatz hineingeben und die Klöße zugedeckt etwa 15 Minuten dämpfen. Herausnehmen, 1–2 kleine Klöße für das Gericht warmstellen und in der gleichen Weise in weiteren Dämpfvorgängen die restlichen Klöße dämpfen. Dampfgarer gibt es bei OTTO.

Steak/Sauce:
Butter in einer großen Pfanne erhitzen, Steak aus dem Gefrierbeutel nehmen und die Marinade aufbewahren. Steak auf jeder Seite 2 Minuten kräftig anbraten, dabei den Rosmarinzweig mit in die Butter geben. Darauf achten, dass die Butter nicht verbrennt. Steak herausnehmen, in eine (Auflauf-)Form in Größe des Steaks geben und mit Steakpfeffer würzen. Mit einer Alufolie abdecken und warmstellen. Nochmals Butter in die Pfanne geben und dann Pfifferlinge darin einige Minuten anbraten. Mit der Marinade ablöschen, den Fond dazugeben und den Bratensatz am Pfannenboden ablösen. Einige Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen und reduzieren, bis etwa 1/3 der Sauce noch übrig bleibt. Aus dem Steak mittlerweile ausgetretener Fleischsaft in die Sauce geben und damit verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Steak in die Sauce legen und nochmals erhitzen. Rosmarinzweig aus der Sauce

nehmen. Steak auf einen großen Teller geben, Pfifferlinge daneben und dann die Sauce darüber verteilen. Dazu 1–2 Hefeklöße reichen.