Schweine-Nackensteaks mit Kräuterbutter

Wie immer jeden Monat gibt es einmal wieder leckere Steaks. Pur. Ohne Beilage.

Ich habe diesmal Schweine-Nackensteaks gewählt. Diese sind in einer Paprika-Marinade mariniert und schon fertig gewürzt.

Aufgrund der Dicke der Steaks von gut 2 cm brate ich die Steaks auf jeweils jeder Seite gute 4 Minuten. So erhalte ich schön medium gegarte Steaks.

Ich gebe noch zusätzlich für mehr Würze Kräuterbutter auf die Steaks.

Jeder kann diese Steaks zubereiten. Sie eignen sich auch gut für den Grill. Mangels eines Balkons oder eines Gartens mit Terasse, wo ich einen Grill aufstellen könnte, muss ich jedoch die Steaks in der Küchen auf dem Herd in einer schmiedeeisernen Pfanne zubereiten.

Die Zubereitung ist einfach und in wenigen Sätzen beschrieben.

[amd-zlrecipe-recipe:349]

T-Bone-Steak



In der Pfanne …

Dieses Jahr gibt es am Oster-Sonntag den Kracher schlechthin: Ein dickes T-Bone-Steak, ganze 500 Gramm schwer, vermutlich 400 g Fleischanteil ohne Knochen.

Das Steak stammt auch nicht von einem südamerikanischen Rind. Nein, es ist von einem Rind aus deutscher Aufzucht.

Ein T-Bone-Steak wird beim Rind aus dem Roastbeef geschnitten. Es hat eine Dicke von etwa 4 cm. Und es trägt seinen Namen wegen des T-förmigen Knochens.

Ich gebe dem Steak aufgrund seiner Dicke auf jeder Seite 5 Minuten Bratzeit, dann habe ich das Steak medium zubereitet.

Ich gebe auch keine Kräuterbutter darauf oder serviere auch keine Beilage dazu. Es gibt nur die Steaks satt, mit viel frisch gemahlenem Pfeffer und Salz.

Außerdem nehme ich das Steak schon 2–3 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank, damit es atmen und Zimmertemperatur annehmen kann.

Das Fleisch schmeckt wirklich exzellent.

[amd-zlrecipe-recipe:331]

Entrecôte mit Tortellini in Weinkäse-Sauce

Schöne Steaks. Entrecôtes. Jeweils etwa 250 g schwer. Schön mit Fett durchzogen und marmoriert. Ich brate die Entrecôtes auf jeweils beiden Seiten 3 Minuten kross an, dadurch erhalte ich einen medium Gargrad.

Dazu bereite ich eine Weinkäse-Sauce zu. Mit Weinkäse. Und Zwiebeln und Knoblauch. Die Sauce bilde ich mit einer Mehlschwitze. Abgelöscht wird mit Soave.

Dazu als Beilage einfach frische, fertige Tortellini vom Discounter. Passenderweise gefüllt mit Käse.

[amd-zlrecipe-recipe:268]

Belegtes Rumpsteak mit Bratkartoffeln

Es gibt nicht sehr viele verschiedene Arten, ein Rumpsteak zuzubereiten. Im Grund kann man es nur braten, und dies dann in unterschiedlichen Garstufen wie rare, medium oder well done.

Aus diesem Grund habe ich mir diese Variante überlegt, um ein Rumpsteak anders zuzubereiten und ein anderes Gericht zu erhalten.

Ich belege das Rumpsteak einfach mit einigen weiteren Zutaten. Ich schneide einige Sardellenfilets klein. Und hacke einige Kapern klein. Beides gebe ich nach dem Braten des Rumpsteaks darauf.

Dann kommen noch zwei Scheiben Tomaten darauf. Dann noch zwei Scheiben Mozzarella.

Und schließlich jeweils ein Spiegelei, die ich in Eierringen brate, damit sie schön kreisrund sind und auch optisch gut aussehen.

Dies kommt alles auf das Rumpsteak.

Und ich muss sagen, das Rumpsteak mit Belag schmeckt auf diese Weise sehr gut.

Dazu als Beilage einfach Bratkartoffeln.

[amd-zlrecipe-recipe:226]

Rumpsteak mit Knoblauchbutter und Bratkartoffeln

Rumpsteaks, die sehr lecker und zart sind. Ich bereite sie rare zu und brate sie auf jeder Seite 2 Minuten an.

Sie können den Fettstreifen ruhig am Rumpsteak belassen, er ist ein Geschmacksträger. Zum besseren Essen nach der Zubereitung sollten Sie ihn aber stückweise mit einem scharfen Messer einschneiden.

Die Meinungen gehen ja auseinander, ob man vor oder nach dem Anbraten salzen und pfeffern soll. Nun, ich habe dieses mal sowohl Rumpsteak als auch Bratkartoffeln erst nach der Zubereitung gewürzt.

Ich brate sowohl Rumpsteaks als auch Bratkartoffeln in Butterschmalz. Das ergibt einen herrlichen Geschmack. Die Bratkartoffeln riechen herrlich nach Butter.

[amd-zlrecipe-recipe:203]

Rinder-Hüftsteak mit Eier-Käse-Kruste und Pommes frites

Jetzt habe ich noch ein Rinder-Hüftsteak übrig, das ich auch nochmals ein wenig variieren möchte.

Da es auch wieder ein kleines, aber dickes Hüftsteak ist, schneide ich es wieder quer ein, klappe es als Schmetterlingssteak auf und klopfe es ein wenig platt.

Dann bekommt das Hüftsteak beim Braten eine Kruste. Aus Eiern, geriebenem Gouda und für etwas Stabilität Semmelbrösel.

Bei dieser Zubereitungsart, um die dicke Paste durchzugaren, gelingt das Hüftsteak natürlich nur well done.

Dazu gibt es einfach ein wenig Pommes frites.

[amd-zlrecipe-recipe:173]

Rinder-Hüftsteak mit Speck, Tomate, Champignon und

Knoblauchbutter und Kartoffel-Gemüse-Püree

Da hatte ich doch dieses Mal beim Einkaufen Pech. Ich wollte ein Rinder-Hüftsteak zubereiten und es etwas variieren, indem ich gebratene Tomatenscheiben und ein Spiegelei darauf geben wollte. Nur, es gab aufgrund des derzeitigen Lebensmittelskandals mit Eiern aus den Niederlanden keine Eier beim Discounter. Er hatte sie allesamt an den Lieferanten zurückgeschickt. Tja, also konnte ich keine Eier kaufen und somit auch kein Spiegelei zubereiten. Also musste ich nochmals variieren.

Ich entschloss mich daher, eine gebratene Speckscheibe auf das Hüftsteak zu geben. Dann einige gebratene Tomatenscheiben. Schließlich einen kleingeschnittenen, gebratenen, braunen Champignon. Und last but not least zwei Scheiben Knoblauchbutter.

Dazu gibt es ein einfaches Püree, das ich aus Kartoffeln und einigem Gemüse wie Wurzel, Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch zubereite.

Das Hüftsteak brate ich auf jeder Seite etwa 2–3 Minuten an und bereite es somit medium zu. Es ist sehr zart und lecker.

Das Hüftsteak, das ich gekauft habe, ist recht klein, aber sehr dick. Also entschloss ich mich, es einmal quer aufzuschneiden, somit eine Art Schmetterlingssteak zuzubereiten und dieses anzubraten.

[amd-zlrecipe-recipe:172]

Irish Beefsteak mit Champignon-Gemüse

Irisches Beefsteak hatte ich noch nicht gegessen. Ich war auch etwas verwundert. Denn es sieht sehr zart aus und hat keinerlei Fettmarmorierung. Wobei man ja sagt, dass eine schöne Fettmarmorierung für Steaks gut und notwendig ist. Denn Fett ist ein Geschmacksträger. Und er macht das Steak saftig.

Also war ich gespannt, ob das Steak nicht zu trocken werden würde. Ich habe dem Steak auf jeder Seite jeweils 2 Minuten gegeben und es medium gegart. Aber ich war erstaunt, das Steak war sehr saftig und zart.

Dazu gibt es einfach ein kleines Gemüse aus braunen Champignons. Ich würze die Champignons mit getrocknetem Majoran, Oregano und Thymian.

[amd-zlrecipe-recipe:150]

Bevor die Innereien kommen, zuerst noch …

… ein Rumpsteak vom Jungbullen. Rare zubereitet.

Dazu einfach ein wenig gebratenes Gemüse.

Das Rumpsteak würze ich mit Steakpfeffer. Und gebe sowohl auf das Rumpsteak als auch auf das Gemüse etwas Kräuterbutter.

Vor dem Fotografieren der Foodfotos habe ich jedoch vergessen, das Rumpsteak mit Steakpfeffer zu würzen.

[amd-zlrecipe-recipe:141]

Ich hatte einmal wieder Appetit auf ein …

… STEAK. Eigentlich würde sich da ein wirklich großes T-Bone-Steak anbieten, das zusammen mit dem Knochen auf gut 700–800 g Gewicht kommt. Aber das würde dann aufgrund des Gewichts auch gut seine 13–14 € kosten. Das ist mir etwas zu viel.

Ich habe mich daher für ein Rinder-Steak aus dem Bug entschieden, das schon mariniert ist. Glücklicherweise war dieses Fleisch bei meinem Discounter auch gerade im Angebot, so dass ich dafür nicht sehr viel bezahlte. Das Steak hat immerhin knapp 300 g. Es bringt also doch eine ganze Menge Fleisch in die Pfanne und auf den Teller, so dass es gut zu meinem großen Appetit auf Fleisch passt.

Ich bereite das Nackensteak rare zu, und der Einfachheit halber frittiere ich es auch nur 2–3 Minuten in der Friteuse. Und als Beilage gibt es dann zum anderen einfach Pommes frites, die ich ebenfalls in der Friteuse zubereite.

Jetzt würde nur noch ein wenig Kräuterbutter zu dem Steak passen, die ich aber leider nicht vorrätig habe.

[amd-zlrecipe-recipe:59]

Was alle 1–2 Monate sein muss …

Natürlich. Ein leckeres Steak. Ich habe ein Entrecôte gekauft. Und bereite es einfach als kleines Abendessen ohne Beilagen zu. Ich überbacke es mit etwas geriebenem Emmentaler in der Pfanne.

Dazu erhitze ich das Öl, bis es raucht. Brate das Steak auf einer Seite nur kurz eine Minute an – es gart ja noch beim Überbacken mit dem Käse bei zugedeckter Pfanne. Dann wende ich das Steak, würze es mit Steak-Pfeffer und Salz und gebe eine Portion geriebenen Emmentaler oben auf. Dann Pfanne zudecken und Steak bei geringer Temperatur noch 4–5 Minuten garen lassen. Der Käse schmilzt ein wenig. Und man bereitet sich auf diese Weise doch ein Steak zu, das den Gargrad medium hat.

Mein Rat: Wer das Steak allerdings richtig überbacken und eventuell eine braune Kruste beim Käse haben will, sollte das Steak doch unter die Grillschlange des Backofens schieben.

[amd-zlrecipe-recipe:37]

Überbackenes Hüftsteak mit Spiegelei



Lecker!
Einfache Steaks, diesmal etwas variiert mit jeweils einer Scheibe Hartkäse überbacken. Und einem Spiegelei.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Rinder-Hüftsteaks (à etwa 200 g)
- 4 Scheiben Butterkäse
- 2 Eier
- Steak-Pfeffer
- Salz
- Pfeffer
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: 10 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen und zwei Eierringe in die Pfanne stellen. Eier aufschlagen und jeweils ein Ei in einen Eierring geben. Einige Minuten braten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Nochmals Öl in die Pfanne geben und Steaks darin auf jeweils beiden Seiten 1–2 Minuten kräftig anbraten. Nach dem Wenden der Steaks zuerst mit dem Steak-Pfeffer würzen. Dann jeweils zwei Käsescheiben auf die beiden Steaks geben. Eventuell einen Deckel auf die Pfanne geben, damit der Käse schmilzt.

Steaks herausnehmen, auf zwei Teller geben und jeweils ein Spiegelei auf ein Steak geben. Mit Schrippen oder einigen Scheiben Baguette servieren.

Rinder-Hüftsteaks



Lecker
Vier Rinder-Hüftsteaks. Medium. Lecker.

Zutaten für 2 Personen:

- 4 Rinder-Hüftsteaks (à etwa 200 g)
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: 6–8 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Steaks auf beiden Seiten jeweils etwa 3–4 Minuten kross anbraten. Salzen und pfeffern.

Herusnehmen, auf zwei Teller geben und servieren.

Dry aged Rumpsteak



Lecker
Um es vorweg zu nehmen: Das Steak wird beim Reifen nicht schlecht.

Ich hatte vor einigen Wochen zwei Rumpsteaks gekauft. Eines

davon habe ich sofort rare zubereitet und gegessen. Beim zweiten überlegte ich, da ich gerade zwei Kochsendungen gesehen hatte, in denen Steak gereift wurde, dies auch einmal zu versuchen.

In einer Kochsendung wurde ein 2–3 kg schweres Stück Steakfleisch drei Wochen gereift, indem es vakuumiert in eine Folie eingeschweißt und drei Wochen im Kühlschrank gelagert wurde. Das Ergebnis war ein dunkles, an manchen Stellenfast schon braun bis schwarzes Stück Steak, das beim anschließenden Essenvergleichstest mit einem jungen Steak deutlich besser schmeckte.

In einer anderen Kochsendung reifte ein gelernter Koch ein großes Stück Steak, das er noch am Knochen von seinem Schlachter bezogen hatte, in einem entsprechend temperierten Kühlschrank einige Wochen nach. Das Ergebnis soll auch sehr gut gewesen sein.

Nun, ich dachte mir, dass ich das auch einmal probieren und auf diese Weise ein Dry aged Rumpsteak herstellen könnte. Also habe ich das zweite Rumpsteak drei Wochen lang im Kühlschrank auf einer Gitter-Ablage nachreifen lassen. Ich habe das Steak jeden Tag gewendet. Es verdirbt merkwürdigerweise nicht beim Reifeprozess, sondern wird nur fester, dunkler und – zugegeben – ein wenig beginnt es, muffig zu riechen.

Ich habe das Dry aged Rumpsteak auch nicht rare zubereitet, sondern medium und ihm auf beiden Seiten jeweils 2 Minuten im Fett gegeben. Es schmeckt gut, fest und kompakt. Aber es schmeckt auch nicht besser als ein junges Steak, das ich rare zubereite. Somit ist das Reifen von Steaks vermutlich doch eher etwas für die Profis.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Rumpsteak
- Salz
- Pfeffer

- Kräuterbutter
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 3 Wochen | Garzeit 4 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Steak darin auf beiden Seiten jweils zwei Minuten kross anbraten.



Fest und kompakt
Salzen und pfeffern. Herausnehmen, auf einen Teller geben und zwei Scheiben Kräuterbutter darauf geben. Servieren.

Rumpsteak mit Sauce Béarnaise



Sehr zart

Ein leckeres Steak mit einer leckeren Sauce.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Rumpsteaks (à etwa 200 g)
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Für die Sauce Béarnaise:

- Grundrezept

Zubereitungszeit: 5 Min.

Fettrand der Rumpsteaks einschneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Rumpsteaks darin auf beiden Seiten jeweils etwa eine Minute kräftig anbraten.

Währenddessen Sauce Béarnaise in einem Topf erhitzen.

Rumpsteaks auf zwei Teller geben und salzen und pfeffern. Großzügig Sauce Béarnaise darüber verteilen. Servieren.

Entrecôte mit Kichererbsen-Wurzel-Püree



Sehr lecker

Diesmal Steaks rare. Ich brate sie auf jeder Seite nur jeweils eine Minute an.

Dazu ein Püree aus Kichererbsen und Wurzeln. Die Kichererbsen sind aus der Dose und vorgegart, so dass ich sie zu den Wurzeln nur noch einige Minuten gebe, um sie zu erhitzen.

Anstelle von Butter gebe ich zwei Esslöffel Olivenöl zum Püree.

Dazu bereite ich mit einem trockenem Rotwein ein kleines Sößchen zu.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Entrecôtes (à ca. 200 g)
- 4 Wurzeln
- 240 g Kichererbsen (Dose)
- trockener Rotwein
- 2 EL Olivenöl
- Steakpfeffer
- Salz
- Pfeffer
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Wurzeln putzen und in Scheiben schneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Wurzelscheiben darin 10 Minuten garen. 2 Minuten vor Ende der Garzeit Kichererbsen dazugeben und erhitzen.

Gemüse in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Pürierstabd fein pürieren. Olivenöl dazugeben. Salzen und pfeffern. Gut verrühren und abschmecken. Auf einen Teller egeben.

Währenddessen Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Steaks auf jeder Seite eine Minute kräftig anbraten. Mit einem Schuss Rotwein ablöschen. Steaks herausnehmen, zu dem Püree geben und mit Steakpfeffer würzen. Röstaromen mit dem Kochlöffel gut vom Pfannenboden lösen. Sauce salzen und pfeffern, etwas einreduzieren und abschmecken. Sauce über das Püree geben. Servieren.