Nackensteak mit Pommes frites und Mayonnaise



Lecker, mit Mayonnaise

Damit ich die vor kurzem zubereitete Mayonnaise auch noch weiter verwenden kann, bereite ich einfach ein Gericht zu, zu der sie passt.

Ich esse Pommes frites eigentlich ohne Ketchup oder Mayonnaise, aber die Majonnaise passt dazu. Und ich muss zugeben, so schlecht schmecken Pommes frites mit Mayonnaise gar nicht.

Auch zum Steak passt die Mayonnaise sehr gut.

Das Steak frittiere ich der Einfachheit halber diesmal einfach im siedenden Fett in der Friteuse. Bei nur 2–3 Minuten Frittierzeit wird es rare bis medium.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Rinder-Nackensteak (etwa 470 g)
- eine Portion Pommes frites
- Steak-Pfeffer
- Salz
- Mayonnaise-Chili-Dip

Zubereitungszeit: 6–7 Min.

Fett in der Friteuse auf 180 Grad Celsius erhitzen.

Pommes frites darin etwa 4–5 Minuten frittieren. Herausnehmen, auf einen Teller geben und salzen.

Steak für 2–3 Minuten in die Friteuse geben. Herausnehmen und zu den Pommes geben. Mit Steak-Pfeffer würzen.

Grüßzügig Mayonnaise über Pommes und Steak verteilen. Servieren.

Es muss mal wieder sein …



Lecker, lecker!

Wie in der zurückliegenden Zeit alle paar Wochen schon geschehen, musste ich beim Einkaufen wieder einmal ein schönes Steak kaufen. Diesmal habe ich ein prachtvolles Rinder-Nackensteak mit 400 g Gewicht erstanden.

Da das Steak doch ein ordentliches Gewicht und eine entsprechende Dicke hat, brate ich es auf jeder Seite 2–3 Minuten in heißem Butterschmalz an, damit ich ein Steak medium erhalte.

Dazu gibt es ein kleines Gemüse, das ich aus Champignons und Mandarinen zubereite. Mit etas süßem Mandarinensaft bilde ich ein kleines Söße̊chen, und Champignons und Mandarinenstücke karamelisieren darin noch etwas.

Ich garniere das Steak mit etwas Kräuterbutter. Mmmmhhhh, ein Genuss!

Zutaten für 1 Person:

- 1 mariniertes Rinder-Nackensteak (400 g)
- 5 braune Champignons
- 40 g Mandarinen (Dose)
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Champignons in Scheiben schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Champignons darin einige Minuten anbraten. Mandarinenstücke dazugeben und nur noch mit erhitzen. Etwas Mandarinensaft dazugeben und ein kleines Söße̊chen bilden. Petersilie dazugeben und alles gut vermischen. Salzen und pfeffern. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Noch etwas Butterschmalz in die Pfanne geben. Es darf ruhig rauchen. Steak auf jeder Seite etwa 2–3 Minuten kräftig im siedenden Fett anbraten. Steak bei Bedarf noch salzen und pfeffern.

Herausnehmen und zum Gemüse geben. Einige Scheiben Kräuterbutter auf das Steak geben. Servieren.

Südamerikanische Rinder-Rumpsteaks



Blutig

Natur pur. 100 % Natur. Rinder-Rumpsteaks. Pur. Ohne weitere Zutaten. Benötigt werden nur Schmalz, Meersalz und Pfeffer. Einfach rare zubereitet. Blutig. Englisch.

Zutaten für 1 Person:

- 500 g Rumpsteaks (2 Rumpsteaks)
- **Meersalz**
- Pfeffer
- Schmalz

Zubereitungszeit: 4 Min.

Schmalz in einer Pfanne erhitzen. Rumpsteaks auf jeder Seite etwa 1–2 Minuten anbraten.

Herausnehmen, auf einen Teller geben, salzen und pfeffern und servieren.

Überbackenes Entrecôte



Leckeres Steak

Da ich heute etwas zu feiern hatte, habe ich einmal kurzerhand wieder ein Steak eingekauft. Das letzte Steak, das ich zubereitet habe, ist schon einige Zeit her, so dass ich dies hier ruhig veröffentlichen kann.

Ich brate das Entrecôte normal in der Pfanne an, aber ich überbacke es mit geriebenem Käse.

Ich verwende bei diesem edlen Stück Fleisch Meersalz und Steakpfeffer, jeweils aus der Mühle.

Und ich gare das Entrecôte diesmal nicht rare, sondern medium.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Entrecôte
- 50 g geriebener Gouda
- Meersalz
- Steakpfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min.

Steak auf beiden Seiten salzen und pfeffern.

Öl in der Pfanne mit Deckel erhitzen. Steak 1–2 Minuten auf einer Seite anbraten. Wenden und einige Minuten auf der zweiten Seite anbraten. Dabei Käse auf das Steak geben, Pfanne mit dem Deckel zudecken und Steak überbacken.

Steak herausnehmen, auf einen Teller geben und servieren.

Blutiges Fleisch …



Rare zubereitet …

Ich habe die in den letzten Tagen gegessene Rohkost, sprich den Salat nicht besonders gut vertragen. Ich musste andauernd aufstoßen, und mein Magen hatte auch sehr schwer zu arbeiten. Er ist eben rohe Kost nicht gewohnt.

Ich tendiere eben doch mehr zu Fleisch, das ich liebe. Also gibt es als Ausgleich heute einfach zwei schöne Rumpsteaks à etwa 200 g mit einer schönen Fettkruste, jeweils rare zubereitet.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Rumpsteaks à 200 g
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Garzeit 2 Min.

Öl in der Pfanne erhitzen, es soll rauchen.

Steaks auf jeder Seite jeweils eine Minute kross anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Herausnehmen, auf einen Teller geben und servieren.

Entrecôte mit Champignon-Lauchzwiebel-Gemüse



Leckeres Steak medium mit Gemüse

Ich muss mittlerweile überlegen, ob ich mein Foodblog nicht umbenenne. In Steak, Nudeln und Sauce oder einfach Steak-Foodblog. Den die Steak-Zubereitungen nehmen in der letzten Zeit Überhand.

Aber ich hatte von einer Zubereitung vor kurzem noch Sardellen-Kapern-Butter übrig. Da diese sehr vielseitig verwendbar ist, dachte ich daran, sie auf ein Steak zu geben. Der Übersicht halber gebe ich die Zubereitung der Sardellen-Kapern-Butter nochmals an.

Noch dazu wollte ich meinen neuen Käse-Hobel ausprobieren und von einem Stück mittelalter Gouda schöne Scheiben Käse abhobeln.

Das Gericht ist mir nicht so ganz gelungen. Zum Einen gehören die Gewürze Salz und Pfeffer direkt auf das Steak, und nicht auf den Käse. Zum Anderen hätte ich besser eine Pfanne mit Deckel verwendet, denn der Käse ist nicht richtig geschmolzen.

Zumindest habe ich das Steak nicht einfach allein serviert und

gegessen, sondern ich habe eine kleine Gemüse-Beilage aus Champignons, Lauchzwiebeln und Knoblauch dazu zubereitet.

Und das Entrecôte bekommt diesmal gute 2 Minuten auf jeder Seite und wird somit medium zubereitet.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entrecôte (etwa 230 g)
- 3 braune Champignons
- 3 Lauchzwiebeln
- 3–4 Knoblauchzehen
- mittelalter Gouda
- 1 Sardellenfilet (Glas)
- ¼ TL Kapern (Glas)
- Butter
- Salz
- Steakpfeffer
- schwarzer Pfeffer
- scharfes Rosenpaprika-Pulver
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8–10 Min.

Sardellenfilets und Kapern fein hacken. In eine Schale geben. Eine Portion weiche Butter dazugeben und alles mit der Gabel kräftig vermischen. Eine runde Scheibe daraus formen.

Champignons in Scheiben schneiden. Lauchzwiebeln putzen und in grobe Stücke schneiden. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden.

Mit dem Käse-Hobel zwei Scheiben vom Gouda abhobeln.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Gemüse darin einige Minuten anbraten. Mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen. Steak dazugeben und auf jeder Seite jeweils 2 Minuten anbraten. Nach dem Wenden Steak mit Salz und Steakpfeffer würzen.

Käsescheiben oben auflegen und schmelzen lassen.

Gemüse auf einen Teller geben. Steak dazugeben. Scheibe Sardellen-Kapern-Butter auf das Steak geben und schmelzen lassen. Alles servieren.

Aaaaah … kein Kommentar



Sehr leckere Steaks

Zwei südamerikanische Rumpsteaks à 200 g + grobes Meersalz + bunter Pfeffer + gutes Öl = leckere Steaks.

Das Öl darf rauchen, die Rumpsteaks mit schöner Fettkruste bekommen jeweils 1–2 Minuten auf jeder Seite = rare zubereitet.

Ihr wisst, wie es geht. Ich liebe Fleisch.

Hüftsteaks mit Zwiebel-Pilz-Gemüse



Leckere Steaks mit etwas Gemüse

Ich habe ja in letzter Zeit desöfteren Steaks zubereitet, das nimmt fast schon Überhand. Aber zu diesen beiden Hüftsteaks bin ich auf ungewöhnliche Weise gekommen. Und damit sie nicht verderben, muss ich sie eben zubereiten. Ein Mann braucht auch sein Fleisch. Und sie schmecken ja auch lecker.

Steaks zuzubereiten ist einfach. Man benötigt Steaks, Öl und einige Gewürzen.

Daher habe ich noch ein kleines Gemüse aus Zwiebeln und Champignons zubereitet. Verfeinert mit frischem Rosmarin.

Ich brate die Steaks auf jeweils beiden Seiten etwa 2 Minuten an. Durch die unterschiedliche Dicke der Steaks wird das eine

medium zubereitet, das andere rare, wie ich es am liebsten esse.

Mein Rat: Zum Braten ein wirklich gutes Olivenöl verwenden, es zeigt sich deutlich beim Geschmack der gebratenen Steaks.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Rinder-Hüftsteaks (à 200 g)
- 2 Zwiebeln
- 3 große, weiße Champignons
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Champignons in Scheiben schneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Champignons darin anbraten. Rosmarin dazugeben. Salzen und pfeffern. Alles vermischen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Nochmals etwas Öl in die Pfanne geben und Steaks auf jeweils beiden Seiten 2 Minuten anbraten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen, auf den Teller geben und alles servieren.

Fleisch für Männer



Schmackhaftes Steak mit Böhnchen

Nach den vielen vegetarischen Gerichten mit Kürbis musste nun wieder Fleisch her. Fleisch für Männer.

Mein Discounter hat portioniertes, cellophaniertes Fleisch von süfamerikanischen Rindern. Die Qualität ist gut. Die Rumpsteaks hatten nur etwa 180–200 g. Das war mir zu wenig. Ich entschied mich für ein Entrecôte mit 300 g. 100 % Fleisch.

Dazu gibt es einfach einige Böhnchen.

Zutaten für 1 Person:

- 300 g Entrecôte
- 150 g grüne Bohnen
- Salz
- Steakpfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Bohnen putzen.

Wasser in einem Topf erhitzen und Bohnen darin 10 Minuten

garen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Öl darf rauchen. Steak auf beiden Seiten jeweils 2 Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Salzen und pfeffern.

Bohnen dazugeben. Salzen. Alles servieren.

Entrecôte mit Pilzgemüse



Leckeres Steak mit Pilzen

Ein kleines Abendessen. Schnell zubereitet.

Das Entrecôte brate ich nur jeweils 1–2 Minuten auf jeder Seite an, da ich es rare verzehre.

Bei den Pilzen greife ich auf tiefgefrorene Steinpilze und Pfifferlinge zurück.

Für etwas Farbe mische ich kleingeschnittene Petersilie unter das Pilzgemüse.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entrecôte (ca. 230 g)
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 150 g Steinpilze
- 150 g Pfifferlinge
- Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min.| Garzeit 5 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Pilze grob zerkleinern. Petersilie kleinwiegen. Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Pilze dazugeben und einige Minuten mit anbraten. Petersilie untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Steak in die Pfanne geben und auf jeder Seite jeweils 1–2 Minuten anbraten. Herausnehmen, zu den Pilzen geben und salzen und pfeffern. Alles servieren.

Rumpsteaks



Leckere Steaks

Zwei Rumpsteaks von südamerikanischen Rindern. Eine geballte Fleischladung. Und eine Natürlichkeit und Echtheit, wie man sie nur von Gemüsesorten oder Pasta kennt.

Artgerechte Aufzucht der Rinder liefert einwandfreies Fleisch. Ein qualitativ sehr gutes Produkt. 100 % Fleisch.

Ich brate die Rumpsteaks jeweils nur 1 Minute auf jeder Seite an, da ich sie rare verzehre.

Dazu nur drei einfache Zusatzprodukte: Frisch gemahlenes Meersalz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, bestes Olivenöl.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Rumpsteaks (à etwa 200 g)
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: 2 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Steaks auf beiden Seiten jeweils 1 Minute anbraten.

Steaks auf einen Teller geben, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Rinder-Hüftsteak variiert



Leckere Variation

Dieses Mal bereite ich eine Variation eines Rinder-Hüftsteaks zu. Es einfach nur rare anzubraten und zu salzen und zu pfeffern, ist mir zu einfach.

Ich bestreiche eine Seite des Steaks mit Senf und brate es zunächst auf dieser Seite an. Dann gebe ich, wenn ich die zweite Seite anbrate, eine Scheibe würzigen Hartkäse darauf. Darauf kommt ein Spiegelei. Und vor dem Servieren träufle ich etwas Zitronensaft darüber.

Mein Rat: Beim Zubereiten von Steaks ruhig unterschiedliche Variationen ausprobieren.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Rinder-Hüftsteak (etwa 280 g)
- 1 Scheibe Havarti
- 1 Ei
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 1/4 Zitrone (Saft)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: 6–8 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Ei hineingeben und braten. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warmhalten. Etwas salzen.

Steak auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Auf einer Seite mit Senf bestreichen.

Steak auf der Seite mit dem Senf 2 Minuten in der Pfanne anbraten. Wenden, Hartkäse darauf geben und auf der anderen Seite 2 Minuten anbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben und Spiegelei darauf geben.

Etwas Zitronensaft darüberträufeln und alles servieren.

Überbackene Rinderhüftsteaks



Wenig zu sehen von den Steaks …

Steaks diesmal etwas anders. Zwei Rinderhüftsteaks, mit jeweils einer Scheibe Mozzarella, etwas frischem Rosmarin und jeweils einer Scheibe Emmentaler.

Zutaten für 1 Person:

- 2 südamerikanische Rinderhüftsteaks (jeweils etwa 200 g)
- 1 Kugel Mozzarella (125 g)
- 2 Scheiben Emmentaler
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: 5 Min.

Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen. Mozzarellakugel waagrecht in zwei Scheiben schneiden.

Öl in einer Pfanne mit Deckel erhitzen. Steaks erst auf einer Seite 1 Minute kräftig anbraten. Wenden und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf jedes Steak eine Mozzarellascheibe

auflegen, eine Hälfte des Rosmarin darüberstreuen, eine Scheibe Emmentaler darüber geben und zugedeckt jeweils 2–3 Minuten auf der zweiten Seite braten. Der Emmentaler sollte dann geschmolzen sein.

Steaks herausheben, auf einen Teller geben und servieren.

Ohne Worte



Aufgrund unterschiedlicher Dicke das hintere Steak medium, das vordere rare

2 südamerikanische Rinder-Hüftsteaks (jeweils etwa 180 g)

+ 3 weiße Champignons

+ frisch gemahlenes Meersalz

+ frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

+ Olivenöl

= Abendessen.

Entrecôte exklusiv



Sehr leckere Zubereitung

Ich hatte ja vor einiger Zeit Entrecôte gekauft und davon noch eines vorrätig. Vakuumiert verpackt vom Discounter hält es sich ja doch einige Tage im Kühlschrank.

Ich wollte es aber nicht einfach nur anbraten, rare zubereiten und in dieser Weise servieren. Ich habe mich entschieden, es zusammen mit einem Spiegelei, etwas Parmesan und etwas Kaviar zu servieren.

Ich bereite das Spiegelei in einem Eierring zu, damit etwas

optisch das Gericht etwas verschönert.

Mein Rat: Wer es etwas weniger exklusiv und vor allem kostspielig möchte, kann auch einfachen Lachs-, Forellen- oder Saibling-Kaviar verwenden.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entrecôte (etwa 230 g)
- 1 Ei
- gehobelter Parmesan
- 2 g Russian Style Beluga Kaviar (½ TL)
- 15 g Steakpfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: 5–6 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Spiegelring hineinstellen. Ei aufschlagen und in den Ring geben. Einige Minuten anbraten. Herausnehmen und warmstellen.

Entrecôte für jeweils 1 Minute auf jeder Seite anbraten. Auf einen Teller geben und mit Steakpfeffer würzen.

Spiegelei darauf geben. Etwas Parmesan auf dem Spiegelei verteilen. Mit etwas Kaviar drapien und alles servieren.

Entrecôte rare



Blutig

Das muss manchmal einfach sein. Ein Steak. Rare zubereitet. Es bekommt im rauchenden Öl definitiv nur jeweils eine Minute auf jeder Seite.

Ein Entrecôte von einem brasilianischen Rind. Einige Leser werden dies sicherlich nicht für gut halten, es ist Steakfleisch vom Discounter. Aber meine Finanzen geben im Moment nicht mehr her, dass ich qualitativ hervorragendes Fleisch direkt beim Anbieter auf dem Lande kaufe. Aber die Qualität des Entrecôtes ist gut.

Mein Rat: Das Öl muss beim Zubereiten in der Pfanne rauchen.

Die Baslikumblätter sind nur ein wenig zum Garnieren und bringen noch einige weitere Aromen mit hinzu.

Und ein unbekannter Autor rät in meinem „Zitat aus der Küche“: „Heißer Tip für Feinschmecker: Kochsalz wird ganz besonders schmackhaft, wenn man es behutsam über ein Filetsteak streut.“ Dieser Rat gilt natürlich auch für Steakpfeffer und ein Entrecôte.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entrecôte (etwa 230 g)
- 15 g Steakpfeffer
- einige Basilikumblätter
- Gewürz-Olivenöl (Knoblauch, Chili)

Zubereitungszeit: Bratzeit 2 Min.

Entrecôte aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen.

Öl in der Pfanne erhitzen, es muss rauchen. Entrecôte auf jeder Seite eine Minute kräftig anbraten.

Entrecôte auf einen Teller geben. Mit Steakpfeffer würzen. Einige Basilikumblätter zum Garnieren darauf legen. Entrecôte servieren.