

Schweinerücken-Steak mit Kräuterbutter und Kartoffelsalat



Goldbraune Schweinesteaks mit viel Geschmack

Beim Kauf von Schweinerücken darf gerne eine dicke Fettschicht am Fleisch liegen. Auf dieser Fettkante brate ich das Steak zuerst, sodass das zarte, aromatische Fett schmilzt und die Fettschicht knusprig braun wird. Zusätzliches Bratfett wird nicht benötigt. Werden anschließend beide Fleischseiten goldbraun gebraten, gibt das eigene Fett dem mageren Rückensteak einen herzhaften Geschmack. Dazu wird Kräuterbutter und Kartoffelsalat gereicht. So herrlich kann der Herbst sein.

Hier die heutige Rezeptur für „Schweinerücken-Steak mit Kräuterbutter und Kartoffelsalat“:

Zutaten

- 4 x 180 g Schweinerücken (Steaks)
- Öl zum Braten
- 500 g heimische Kartoffeln (vorwiegend festkochend oder festkochend, z.B. Annabell, Belana)
- 180 ml Gemüse- oder Fleischbrühe
- 3 EL Weißweinessig
- 1 kleine Zwiebel, geschält und fein gewürfelt
- 4 EL Öl, z.B. Sonnenblumenöl, Traubenkernöl
- 1 TL Senf, mittelscharf
- 1 TL Zucker, gestrichen

- 100 g Butter, zimmerwarm
- 1 Handvoll gemischte Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Basilikum, Majoran)
- 1/2 Bio-Zitrone
- Wer möchte: 1 Knoblauchzehe, gerieben
- Salz, Pfeffer
- Zum Servieren: Salatblätter, halbierte Cocktailtomaten, etwas Senf

Zubereitung

Für die Kräuterbutter die zimmerwarme, weiche Butter in eine kleine Schüssel geben. Die Kräuter fein schneiden und mit ½ TL Salz, Pfeffer, und eventuell geriebenem Knoblauch und Abrieb einer halben Biozitronen zur Butter geben und vermengen. Bis zum Servieren kühlen.

Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln in einem Topf mit gesalzenem Wasser bedecken und ca. 25-30 Minuten weichkochen. Abseihen, etwas abkühlen lassen.

Die Kartoffeln pellen und in feine Scheiben schneiden.

In einem kleinen Topf Brühe, Essig, Salz, Pfeffer, Zucker und Senf erhitzen. Die Zwiebelwürfel hinzufügen und etwas ziehen lassen. Die Brühe anschließend noch heiß über die Kartoffelscheiben gießen und 15 Minuten stehen lassen. Dann Öl zugeben und alles vorsichtig vermengen.

Die Steaks salzen und in einer Pfanne auf jeder Seite 2-3 Minuten goldbraun braten. Die Steaks im Ofen bei 80°C (Umluft) ca. 20 Minuten fertig garen.

Zum Servieren den Kartoffelsalat auf Salatblätter anrichten. Ein paar halbierte Cocktailtomaten verteilen. Die Steaks pfeffern und mit Kräuterbutter belegen. Wer möchte, reicht Senf dazu.