

Steak-Contest – American Beef mit Chili-Mayonnaise



American Beef mit Chili-Mayonnaise

Vor kurzem hatte der Schlachter an der Frischfleischtheke meines Discounters „Gourmet“-Steaks im Angebot: American Beef, Entrecôte und Roastbeef. Ich nahm von jedem ein kräftiges Steak mit jeweils 200–250 g Gewicht mit. Alle drei Steaks in einem Gourmet-Steak-Wettbewerb gegeneinander einzeln zuzubereiten, zu testen und zu beurteilen, erscheint mir schwierig, denn das sind zusammen über 600 g reines Fleisch, also für eine Person doch ein wenig zuviel. Nun führe ich dies eben die nächsten Tage sukzessiv durch. Dazu passt, dass ich ein Rezept für eine Chili-Mayonnaise gefunden hatte, mit dem ich mein Grundrezept für Mayonnaise scharf abwandeln kann und dies als Dip zum ersten zubereiteten Steak – einem American Beef – serviere. Das American Beef sieht schon rein optisch hervorragend aus, schön marmoriert und mit einer leichten Fettkruste versehen.

Die Erfahrung bei der Zubereitung der Chili-Mayonnaise, dass Olivenöl die Mayonnaise bitter macht, kann ich leider nicht teilen. Ich kenne auch die Hinweise, erstens nur Eigelb zu verwenden und zweitens das Öl vorsichtig hineinzugeben und kräftig zu verrühren. Aber dieses Rezept hier funktioniert hervorragend. Das Öl in eine hohe, schmale Rührschüssel geben, die ganzen (!) Eier hineinschlagen, zunächst nur Senf und Salz hinzugeben und dann mit dem Pürierstab fein mixen. Die Mayonnaise ist hervorragend, sie flockt nicht aus, sie gerinnt nicht, nichts davon. Eine schöne gebundene, sämige Mayonnaise, die mit den aufgelisteten Zutaten noch verfeinert werden kann.

Zutaten für 1 Person:

- 1 American Beef Steak, ca. 200–250 g
- Selbstgemachte Chili-Mayonnaise:
 - 150 ml Olivenöl
 - 2 Eier
 - 1 TL Senf
 - 1 rote, thailändische Chilischote
 - etwas Sesamöl
 - etwas dunkle Sojasauce
 - $\frac{1}{4}$ Zitrone (Zitronensaft)
 - 1 TL Crème fraîche
 - Salz
 - Pfeffer
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- frischer Schnittlauch

Zubereitungszeit: 20 Min.

Als erstes die Chili-Mayonnaise zubereiten. Olivenöl, Eier, Senf und etwas Salz in eine schmale, hohe Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab mixen. Dann die kleingeschnittene

Chilischote, einen Schuss Sesamöl und Sojasauce, den Zitronensaft und die Crème fraîche hinzugeben. Am besten Crème fraîche oder Crème double verwenden, wenn man auf Sahne zurückgreift, verdünnt dies die Mayonnaise unnötig. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Steak wie bekannt auf die übliche Weise zubereiten: Anbraten, im Backofen garen, ruhen und entspannen lassen und servieren. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und das Steak auf beiden Seiten jeweils 1 Minuten anbraten. Währenddessen den Backofen auf 160° C Umluft erhitzen. Das Steak in eine Auflaufform geben und im Backofen etwa 6 Minuten garen, das ergibt ein Steak medium. Danach herausnehmen und 3–4 Minuten beruhigen und entspannen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Zitronenscheibe zum American Beef geben, alles zusammen mit der Chili-Mayonnaise servieren und diese noch mit ein wenig frischem Schnittlauch garnieren. Das American Beef ist wirklich sehr zart, fein und geschmackvoll.