

Gegrillte Nackensteaks Knoblauchbutter Wellenschliff-Pommes

Schweine- mit und



Mit Knoblauchbutter

Mein monatlicher Beitrag zum Thema Steak. Diesmal Nackensteaks vom Schwein. Nicht so ganz die edle Qualität eines Rump- oder Filetsteaks. Aber preiswert, durchaus ab und zu essbar und eben nur ein mittelmäßiger Fleischgenuss.

Aber ein wenig verfeinert mit Knoblauchbutter.

Und als Beilage gibt es, wie man vielleicht bei einem Essen für Männer erwarten kann, einfach nur Pommes frites aus der Fritteuse. Diesmal aber spezielle Wellenschliff-Pommes, die ich einmal beim Discounter gekauft habe. Einfach mal eine Variante zu den normalen, handelsüblichen Pommes frites.

Aber auf diese Weise ist das Gericht in wenigen Minuten zubereitet, was einem manchmal auch sehr entgegenkommt, wenn man einen arbeitsreichen Tag hinter sich hat.

Für 1 Person:

- 2 Schweine-Nackensteaks (à 300 g)
- 4 Scheiben Knoblauchbutter
- grobes Meersalz
- frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer
- Rapsöl
- 1 Portion Wellenschliff-Pommes
- Salz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 2 Min. | Garzeit 5 Min.



Kross gegrillt

Fett in der Fritteuse auf 180 °C erhitzen.

Steaks auf jeweils beiden Seiten kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Grillpfanne erhitzen.

Steaks darin auf jeder Seite nur zwei Minuten grillen – um sie medium zuzubereiten.

Parallel dazu Pommes in der Fritteuse fünf Minuten frittieren.

Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen. Salzen.

Pommes auf einen Teller geben.

Die beiden Steaks dazugeben.

Jeweils zwei Scheiben Knoblauchbutter auf ein Steak geben.

Servieren. Guten Appetit!

Gegrilltes Schweinenacken- Steak mit Knoblauchbutter und grünem Spargel



In Butter gebratener, grüner Spargel

Heute sollte es schnell gehen.

Also habe ich mal schnell überlegt. Und da ich die passenden Zutaten zuhause hatte, war das Gericht schnell ausgedacht.

Die Nackensteaks werden einfach nur gewürzt. Und dann in der Grillpfanne auf jeder Seite drei Minuten gegrillt. Denn ich möchte die Steaks medium haben.

Und in der gleichen Zeit von sechs Minuten, die die Steaks benötigen, brate ich den geputzten und kleingeschnittenen grünen Spargel in viel Butter in einer zweiten Pfanne.

Der Spargel gelingt wunderbar und schmeckt einfach sehr gut.

Und auch die Steaks sind schön gegrillt mit schönen Röstspuren, innen noch medium und sehr lecker.

Alles in allem in sechs Minuten zubereitet.

Für 2 Personen:

- 2 Schweinenacken-Steaks (à 300 g)
- 1 kg grüner Spargel (2 Packungen à 500 g)

- Fleisch-Gewürzmischung
- grobes Meer-Salz
- schwarzer Pfeffer
- Rapsöl
- Butter
- Knoblauchbutter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6 Min.



Kross gegrilltes Steak

Spargel putzen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Steaks auf jeder Seite mit der Gewürzmischung und Salz würzen.

Öl in einer Grillpfanne und Butter in einer normalen Pfanne erhitzen.

Spargel in der normalen Pfanne mit der Butter sechs Minuten anbraten. Dann salzen und pfeffern.

In der gleichen Zeit die Steaks auf jeder Seite drei Minuten kross anbraten und grillen.

Jeweils ein Steak auf einen Teller geben.

Auf jedes Steak zwei Scheiben Knoblauchbutter geben.

Spargel dazu verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Frittierte Bifteki mit Kartoffelspalten



Knusprig und kross frittiert

Ein einfaches Rezept. Für die Fritteuse. Manchmal muss es einfach schnell gehen und man hat nicht viel Zeit. Dieses Gericht ist in weniger als 10 Minuten zubereitet und ist schmackhaft und lecker.

Bei den Bifteki greife ich auf fertige Produkte aus der Kühltruhe meines Discounters zurück. Die Bifteki bestehen aus Hackfleisch, sind fein gewürzt und mit Feta verfeinert.

Und die Kartoffelspalten sind Tiefkühlware, aber ein gutes Produkt und sehr lecker.

Für 2 Personen

- 600 g Bifteki (2 Packungen à 300 g, 6 Stück)
- 2 Portionen Kartoffelspalten (Tiefkühlware)
- 6 Scheiben Knoblauchbutter
- Salz

Zubereitungszeit: 9 Min.



Fett in der Fritteuse auf 180 Grad Celsius erhitzen.

Bifteki darin 4 Minuten frittieren.

Herausnehmen, auf zwei Teller geben und warmhalten.

Kartoffelspalten in der Fritteuse 4–5 Minuten frittieren.

Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben, abtropfen lassen und salzen.

Auf die beiden Teller verteilen.

Jeweils eine Scheibe Knoblauchbutter auf ein Bifteki geben.

Servieren. Guten Appetit!

Nacken-Koteletts mit Knoblauchbutter und Pommes frites

Ein rustikales Gericht. Und eher ein Männer-Essen. Koteletts mit Pommes.

Ich würze die Koteletts nur auf jeweils beiden Seiten mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer. Und brate sie kross in Öl an. Vor dem Servieren gebe ich noch einige Scheiben Knoblauchbutter darüber.

Bei den Pommes frites bin ich dieses Mal nach dem gegangen, was die Werbung so anbietet. Und habe auf ein Convenience-Produkt zurückgegriffen. Auf Tiefkühlware. Und zwar Pommes frites für das Mikrowellen-Gerät. Auf diese Weise muss ich mir nicht immer umständlich für eine Portion Pommes frites das Fett in der Friteuse erhitzen. Sondern habe im Mikrowellen-Gerät nach genau 4 1/2 Minuten eine Portion Pommes frites. Und

diese kross und knusprig.

Und siehe da, die Pommes frites gelingen im Mikrowellen-Gerät tatsächlich kross und knusprig. Nur ist leider die Menge der Pommes frites in einer Portions-Packung doch etwas zu gering.

[amd-zlrecipe-recipe:310]

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 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]

Pferde-Rumpsteak mit Knoblauch-Butter und Blattspinat-Champignons- Kartoffel-Gemüse

Ich habe vor einiger Zeit hier mitgeteilt, dass ich Rezepte von verschiedenen Gerichten oder Zutaten im Foodblog nicht mehr veröffentlichen werde. Weil es davon schon diverse Rezepte im Foodblog gibt.

Nun, ein Pferde-Steak ist da doch etwas Besonderes und eher die Ausnahme. Zumal ich ein richtiges Pferde-Rumpsteak zubereite.

Ich gare das Rumpsteak jeweils etwa 2 Minuten auf jeder Seite und bereite es rare zu. Dazu gibt es einige Scheiben Knoblauch-Butter.

Außerdem bereite ich nicht einfach nur ein Steak als Abend-Essen oder Abend-Snack zu. Sondern ich bereite ein ganzes Gericht zu, für das ich noch ein kleines Gemüse aus drei

Zutaten gare.

Das Rumpsteak ist wirklich ausgesprochen zart und schmackhaft. Ein Rumpsteak eines südamerikanischen Rindes vom Supermarkt erreicht diese Qualität definitiv nicht.

[amd-zlrecipe-recipe:161]