

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!