

CHAROLAIS-STEAK

PERFEKT ZUBEREITET!



FÜR 2 PERSONEN

2 Charolais-Steaks
2 Zweige Rosmarin
(waschen, trocken schütteln)
2 Knoblauchzehen (abziehen)
Butterschmalz
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle

SO EINFACH GEHT'S!

Die Steaks einige Stunden vorher salzen: das sich bildende salzhaltige Wasser auf der Oberfläche zieht dadurch wieder in das Fleisch ein, würzt und denaturiert es auch innen und macht die Steaks so besonders zart. Das Fleisch ca. 1 Stunde vorher dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Raumtemperatur annimmt. Steaks trocken tupfen, gusseiserne Pfanne erhitzen, Butterschmalz hinzugeben und erhitzen, dann die Steaks in die Pfanne legen, 3 Min. braten, frischen Knoblauch und Rosmarin dazulegen. Hitze reduzieren und Steaks auf der anderen Seite 3 Min. braten; Steak etwas ruhen lassen, damit der Fleischsaft nicht austritt.

2 cm-Steaks = 3 Minuten von jeder Seite (für well done + 1 Minute).

Dazu passen Rosmarin-Kartoffeln aus der Roten Laura!

ZARTER FLEISCHGENUSS!