

KÜCHEN-HANSEN



Die Marke des Nordens!



AEG-Dampfgarerer Rezepte

Rezept für 4 Personen

T-Bone-Steak mit Thymian-Butter

Es ist ganz einfach, ein super schmackhaftes Steak noch etwas aufzupeppen.

Vorbereitung und Zubereitung:

1. Heizen Sie den Ofen auf 120 °C Bio-Garen vor.
2. Würzen Sie das Fleisch mit Salz und Pfeffer.
3. Geben Sie Oliven-Öl und Butter in eine Pfanne, erhitzen Sie diese stark und schmelzen Sie die Butter im Öl. Wenn das Öl eine helle goldene Farbe bekommt, legen Sie das Fleisch in die Pfanne. Braten Sie es auf beiden Seiten für jeweils 3 Minuten an.
4. Stecken Sie das Thermometer in den dicksten Teil des Fleisches und legen Sie das Steak auf einen Ofenrost oder ein Backblech.
5. Garen Sie es im Programm „Feuchtgaren niedrig“, bis das Fleisch 54 Grad erreicht. Lassen Sie es dann für 5 Minuten ruhen, bevor Sie es aufschneiden.
6. In der Zwischenzeit bereiten Sie die Thymian- Butter zu: Geben Sie alle Zutaten in eine Schale und vermischen Sie alles gut mit einer Gabel. Beiseite stellen bis zum Servieren.

Anrichten

Servieren Sie das Fleisch mit der Kräuterbutter, Pommes frites und einem Salat.

Geheimtipp des Küchenchefs

Für eine besondere Note bestreuen Sie den Braten mit einem Esslöffel gehackter Kapern.



perfekt in form und funktion



Zutaten:

1.300 g T-Bone-Steak
Oliven-Öl
3 Esslöffel Butter
Meersalz
Frisch gemahlener Pfeffer
Frische Thymian-Stängel
3 Knoblauchzehen
Thymian-Butter
100 g weiche Butter
2 Esslöffel fein gehackter Thymian
1 Teelöffel französischer Dijon-Senf
Salz
Schwarzer Pfeffer

Informationen:

Schwierigkeit: leicht
Zeit: 80 Minuten
Kerntemperatur: 54 °C Rare
Programm: Feuchtgaren niedrig / Bio-Garen
Einschubhöhe: 2 (mittel)

Filiale

24963 Tarp

Bahnhofstraße 2a • Tel. 0 46 38 / 76 08

Firmensitz - Inhaber: Maik Hansen

25821 Bredstedt

Osterstraße 29 • Tel. 0 46 71 / 93 00 89