

So gelingt Ihr Kurzbratstück!

Nehmen Sie Ihr Steak aus der Vakuum Folie, tupfen Sie es mit Küchenpapier trocken und legen Sie es ein bis drei Tage offen in den Kühlschrank. Am besten auf ein (Torten)- Gitter, damit auch von unten Luft an das Fleisch kommt. So verliert es Feuchtigkeit und wird im Geschmack noch intensiver. Lassen Sie sich von der Farbe nicht irritieren: Indem es dehydriert, wird das Fleisch dunkelbraun. Und das ist gut so!

Nehmen Sie das Steak ein paar Stunden vor dem Zubereiten aus dem Kühlschrank, es soll Zimmertemperatur haben, bevor es in die Pfanne kommt.

Heizen Sie ihren Backofen auf 65 Grad vor und legen Sie einen Teller hinein. Über den Teller können Sie das Gitter legen, auf dem Sie das Fleisch bereits im Kühlschrank trockengereift haben.

Erhitzen Sie eine Bratpfanne (am besten Gusseisen) und geben Sie ein wenig Öl hinein. Achtung: Wenn es raucht, ist's zu heiß!

Salzen Sie das Fleisch auf beiden Seiten großzügig. Legen Sie es in die Pfanne und lassen Sie es in Ruhe, bis sich auf der Unterseite eine schöne Röstschrift bildet. Braten Sie dann die andere Seite genauso. Falls Sie ein dickes Steak zubereiten, braten Sie ruhig auch die Kanten kurz an. Je geschlossener die Kruste, desto saftiger und zarter bleibt das Fleisch im Inneren.

Legen Sie Ihr Steak in den Ofen auf den warmen Teller, beziehungsweise auf das Gitter über dem Teller. Lassen Sie es sich dort mindestens 10 Minuten bei 65 Grad entspannen. Keine Angst, bei dieser Nieder- Temperatur wird es nicht „durchgaren“, sondern auch noch nach 20 Minuten im Inneren schön zartrosa bleiben.

Sobald das Fleisch im Ofen ist, löschen Sie die heiße Bratpfanne mit Rotwein ab. Ein Schuss Portwein oder Cognac zusätzlich kann nicht schadet. Die Flüssigkeit löst die wertvollen Röst- und Aroma- Stoffe vom Pfannenboden. Geben Sie nach Belieben ein paar Kräuter hinein: Thymian, Salbei, Rosmarin oder was immer Sie mögen, experimentieren Sie! Von Knoblauch raten wir ab: Er wird bei Hitze schnell bitter.

Geben Sie ein Stück Butter dazu und lassen Sie es schmelzen. Reduzieren Sie die Sauce, bis nicht mehr „wässrig ist“ und schmecken Sie die entstandene Emulsion mit Salz ab. Das Ganze darf ruhig herzhaft würzig sein.

Nehmen Sie das Fleisch aus dem Ofen und wenden Sie es in der würzigen Butter und den gelösten Aromastoffen bei mittlerer Hitze.

Fertig!

Sie können Ihr Steak nun entweder am Stück oder in Scheiben geschnitten servieren. Gießen Sie die Emulsion aus der Bratpfanne darüber und lassen Sie es sich schmecken.

Guten Appetit und viel Freude wünschen Ihnen Ihre
Galloway & Wasserbüffel- Züchter Sonja und Max Moor