

Rainer Klutsch Schweinehalssteak mit Kräuterbutter und Barbecue-Sauce

Donnerstag, 19. Mai 2022

Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Feine Küche

Zutaten:

Für das Fleisch:

3 EL	Olivenöl
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 Zweige	Zitronenthymian
4	Schweinesteaks; á ca. 180 g (aus dem Hals/Nacken)
etwas	Salz

Für die Kräuterbutter:

3 Stängel	glatte Petersilie
3 Stängel	Estragon
3 Stängel	Basilikum
½ Bund	Schnittlauch
1	Knoblauchzehe
150 g	Butter (zimmerwarm)
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Msp.	Paprikapulver, edelsüß
1 Spritzer	Zitronensaft

Für die Barbecue-Sauce:

1	Zwiebel
30 g	Speck
1 TL	Pflanzenöl
30 ml	Balsamico-Essig
1	Zitrone
1	Orange
2	Chilischoten
1 TL	Paprikapulver, mittelscharf
1 TL	Curry
1/2 TL	Salz
1 TL	schwarzer Pfeffer, grob gemahlen
1 EL	Honig
150 g	Tomatenketchup

Zubereitung:

1. Für das Fleisch das Öl in eine flache Schale geben und mit 1 Prise Pfeffer verrühren. Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln und zum Öl geben. Die Steaks einlegen und 30 Minuten ziehen lassen. Zwischendurch gelegentlich wenden.
2. Für die Kräuterbutter die Kräuter abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.
3. Knoblauch schälen und fein hacken.



4. Die weiche Butter mit den Schneebesen des Handrührgeräts aufschlagen. Knoblauch, Kräuter, Salz, Pfeffer, Paprika und Zitronensaft zugeben und gut vermischen.
5. Dann den Buttermix auf ein Stück Butterbrot- oder Backpapier geben, zu einer Rolle formen und kühl stellen.
Tipp: Man kann die Butter auch in einen Spritzbeutel mit Sterntülle geben, damit kleine Tupfen Kräuterbutter auf einen Teller aufdressieren und kühl stellen.
6. Für die Barbecue-Sauce die Zwiebel schälen und fein schneiden. Den Speck fein würfeln.
7. In einem Topf Öl erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Speckwürfel zugeben und kurz schwenken. Dann mit Balsamico ablöschen und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen.
8. Von der Zitrone und der Orange den Saft auspressen, mit in den Topf geben und weiter köcheln.
9. Chilischoten waschen, halbieren, die Kerne ausstreichen und Chili grob schneiden.
10. Chili, Paprikapulver, Curry, Salz, Pfeffer, Honig und Ketchup zum Saucenansatz geben, kurz erwärmen, dann alles im Mixer fein pürieren. Anschließend die Sauce abschmecken.
11. Eine Grillpfanne hoch erhitzen. Die Steaks salzen und in der heißen Pfanne von beiden Seiten je ca. 2-3 Minuten braten.
12. Die gekühlte Kräuterbutterrolle auswickeln und in Scheiben schneiden.
13. Steaks anrichten, wahlweise entweder etwas Kräuterbutter darauf geben oder mit der Sauce genießen.

**Pro Portion: 800 kcal/ 3350 kJ
17 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß, 66 g Fett**