

GRILL

NICHT

IRGENDWIE...



... DENN DU

GRILLST NICHT

FÜR IRGENDWEN!

2017

STEAKFIBEL

4 SCHRITTE ZUM PERFEKTEN STEAK

01

Nimm das Steak 2 Stunden vorher aus dem Kühlschrank. Es muss Zimmertemperatur annehmen. Tupfe es anschließend mit einem Stück Küchenrolle trocken, damit dein Steak schön kross anbräunen kann.

02

Ob du es vorher oder hinterher salzt und würzt, ist eine Glaubensfrage aber hüte dich vor verbrannten Kräutern. Unser Tipp: Benutz' einfach das persönliche, streng geheime Steak-Gewürz vom Metzgermeister Thomas. Heize den Ofen auf 75° C vor und drehe die Herdplatte für die Pfanne auf die höchste Stufe. Gusspfannen sind geeigneter als Teflonpfannen.

03

Ein zischender Wasstropfen verrät dir, wann du das Butterschmalz (hoch erhitzbar, raucht kaum) in die Pfanne gibst. Warte kurz, und lege dein Steak mit einer Zange in die Pfanne, um die Fasern des Fleisches zu schützen, es sollte am Boden festbacken. Wenn du an der Pfanne rüttelst und das Steak sich löst, ist es bereit zum Wenden.

04

Hebe das Steak mit der Zange in eine gebutterte Ofenform oder auf ein Blech und lasse es bei 75° C bis zur gewünschten Kerntemperatur fertiggaren. Nimm das fertige Steak aus dem Ofen, decke es mit Alufolie ab und lass es noch 5 Minuten ruhen, damit der Fleischsaft beim späteren Aufschneiden nicht wegläuft. Guten Appetit!

STEAK DONENESS



BLUTIG - "rare"

Das Fleisch ist außen angebraten doch innen noch blutig und zart. Zur Überprüfung: Das Steak muss sich so anfühlen wie der Ballen der Hand, wenn man Daumen und Zeigefinger leicht berührt.



MEDIUM - "medium"

Das Steak ist halb durchgebraten, jedoch innen noch etwas rosa. Zur Überprüfung: Das Steak muss sich so anfühlen wie der Ballen der Hand, wenn man Daumen und Ringfinger leicht berührt.



DURCH - "well done"

Das Steak ist nun ganz durchgebraten. Zur Überprüfung: Das Steak muss sich so anfühlen wie der Ballen der Hand, wenn man den Daumen und den kleinen Finger leicht berührt.

TIPPS & TRICKS

Man lernt nie aus. Gerade Ungeübte haben einen riesigen Respekt vor der Steak-Zubereitung. Unsere folgenden Tipps & Tricks helfen euch:

Aufbewahrung im Kühlschrank

Durch den hohen Reifeprozess unserer Produkte ist eine Aufbewahrung in der Verpackungseinheit ideal. Das Fleisch reift so weiter und hält somit die perfekte Qualität. Das unterste Fach im Kühlschrank ist für Aufbewahrung am geeignetsten, da es dort am kältesten ist. Wir empfehlen das Steak allerdings nicht länger als 2-3 Tage dort aufzubewahren.

Ruhezeit

Ob vom Grill, aus der Pfanne oder aus dem Ofen: Gönn' deinem Steak 5-6 Minuten Ruhe und du wirst erstaunt sein, wie saftig es ist. Damit die Temperatur möglichst konstant bleibt decke es mit einem Stück Alufolie ab.

ZUSCHNITTE



Rinderfiletsteak

hochwertiges feines Fleisch
aus der Lende - sehr fein
marmoriert geringer Fettan-
teil und daher sehr zart - ein
richtiger Gaumenschmauß
eben.



Rostbraten

In Frankreich bekannt als En-
trecotè, und in Österreich als
Rostbraten - durch die hohe
Geschmacksintensität gehört
es zu den Favoriten unter den
Steaks.



Beiried - Strip Loin Steak

Vom Hinterviertel des Rinds
zwischen Hochrippe & Hüfte
eine schöne weiße Fettabdeck-
ung & eine zarte Marmorierung
des Muskelfleisches zeugt von
guter Qualität.



Porterhouse Steak

Die britische Version des T-Bone Steaks mit mehr Filet als Roastbeef am Knochen. Bis zu 6cm dick, und einem Kilo schwer - ideal für einen Steak Abend.



Huftsteak

Mageres Fleisch aus der Hüfte ohne Hüftdeckel, mit intensiverem Fleischgeschmack als das Filet. Die Hüfte liegt hinter dem Roastbeef und ist ein Teilstück der Keule.



T-Bone Steak

Der Star unter den amerikanischen Steaks. Bestehend aus Filet und Roastbeef. Der T-förmige Knochen markiert die Mittellinie und trennt die beiden.



WWW.METZGEREI-KLIMA.AT

STEAKFIBEL ²⁰¹⁷