

AEG

Grillsteak 2.0

Beheizungsart: Sous Vide
Temperatur: 70 °C
Zeit: 30 Minuten
Wasser: 500 ml
Portionen: 4



4 Steaks vom Schweinenacken à 200 g

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 TL Paprika, edelsüß
1 TL Majoran, getrocknet
1 TL Senfsaat
Salz
Pfeffer, schwarz
2 EL Öl

Vorbereitung: Die Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen (2 mm) schneiden. Die Knoblauchzehen pressen und zusammen mit Paprika, Majoran, Pfeffer und Senfsaat mit dem Öl verrühren.

Die Steaks von beiden Seiten mit Salz würzen und je 2 Steaks in einen Vakuumbutel geben. Die Zwiebelringe und das Gewürzöl auf die Vakuumbutel verteilen und vakuumieren.

Zubereitung: Die Steaks auf der Einschubebene 2 im Programm „Sous Vide“ bei 70 °C für 30 Minuten garen. Anschließend in einer Grillpfanne von beiden Seiten scharf anbraten.

Profi-Tipp: Die so zubereiteten Steaks können hervorragend auch auf dem Holzkohle- oder Gasgrill fertig gestellt werden. Die ideale Vorbereitung für die Grillparty!

Neues Kochen
kochZEIT
für Genießer