

Kochen mit Klaus

Argentinische Hftsteaks

Zutaten: (Ffr 3 Personen)

- 2 argentinische Rinderhftsteaks à 250 mit ca. 4,5 cm Dicke, Salz,
- 2 argentinische Rinderhftsteaks à 150 mit ca. 3,5 cm Dicke, Pfeffer
- Butterschmalz, Klausis Kruterbutter

Zubereitung:

1. Rindersteaks (vom Metzger geschnitten oder selbst erledigt aus einem groen Stck, Flachse dann dabei herauschneiden) waschen u. trockentupfen. Ofen mit Backblech auf 120°C vorheizen.



2. Butterschmalz in einer Pfanne sehr heif werden lassen. Rindfleisch darin bei hoher Hitze von jeder Seite braun anbraten. Die groen Flchen ca. 3 Min., die kleinen Flchen ca. 1-2 Min. Die kleineren Steaks zuerst rausnehmen, groere noch etwas drin lassen. Fleisch herausnehmen, die groen Steaks auf das Backblech legen u. ffr 20 Min. im Ofen garen. Die kleineren Steaks dann nach 5 Min. dazu legen.



3. Steaks entnehmen, salzen u. pfeffern. Auf einem Teller mit Kruterbutter garniert zu Bratkartoffeln u. Speckbohnen servieren.



Tipp des Chaoten: Ein echter Hammer, butterzart das Fleisch!



Erstellt von Klaus am 26.02.2012