





DAS PERFEKTE STEAK

Wenn Männer kochen – dann geht es heiß her! Am liebsten am offenen Feuer wird das Leibgericht schlechthin fabriziert: das Steak. Männer und Fleisch... eine Liebesgeschichte.

*Text: Doris Thallinger
Fotos: www.kaindl-hoenig.com*

Das Feuer lodert, die Gewürze stehen bereit, die schönsten Stücke vom Rind ebenso. In der Luft hängt das Aroma von Rosmarin, Oregano und – natürlich – Fleisch. Verführerisch brutzelt es, unter strenger Aufsicht und begehrliehen Blicken der Männer ringsum. Richtig, heute ist Männerkochen angesagt. Und was könnte da anderes am Speiseplan stehen als „das perfekte Steak“!

→





Vier Männer und ein Profi

Diese Männer wollen nichts dem Zufall überlassen, wenn es um das Beste im kulinarischen Leben eines Mannes geht und darum finden sie sich im Santa Fe, dem Eldorado für Steak-Liebhaber, zusammen, um vom Meister persönlich, Robert Berger, zu lernen. Gestartet wird standesgemäß mit einem Aperitif: Das italienische Bier „Birra Viola Artiginale“ wird wie Champagner in großen, eisgekühlten Gläsern serviert. Dazu gibt's vorab ein paar Tricks und Tipps vom Experten.

„Das beste Steak
kommt immer
ganz frisch vom
Grill oder aus
der Pfanne!“

Robert Berger jun.

Worauf es ankommt

„Das Um und Auf? Findet einen Metzger eures Vertrauens!“, so Robert Berger. „Am wichtigsten ist, dass das Fleisch perfekt gelagert wurde, in etwa drei bis vier Wochen. Dry Age ist heute jedem ein Begriff: perfekt abgehangen, am Knochen vier Wochen lang trocken gereift.“ Alternativ kann man das Steak auch selbst, gut verpackt im Vakuum-Sack, bei null Grad Celsius für zwei bis drei Wochen reifen lassen.





Beim Würzen scheiden sich die Geister

Wann ist der richtige Zeitpunkt, das Steak zu würzen? „Da scheiden sich die Geister: Die einen würzen vor dem Braten, andere schwören darauf, das Steak blank in Öl anzubraten. Wir im Santa Fe würzen das Fleisch vor dem Braten mit Salz und Pfeffer. Am Ende oder auch während das Fleisch rastet, kann man mit kalt gepresstem Olivenöl, Rosmarin oder anderen Kräutern zusätzlichen Geschmack verleihen.“

**„Ich bin bekennender
Steakarier durch
und durch!**

**Alles andere ist
Nebengeräusch.“**

Alexander Aichner

Und dann geht es ans Eingemachte: Das Fleisch kommt auf den Grill! „Wir grillen das Fleisch bei 400 Grad Celsius auf dem Lavastein. Wichtig ist, dass man es von allen sechs Seiten scharf anbrät, damit sich die Poren schließen. Ganz wichtig: Das Fleisch um 180 Grad wenden, wenn der Bratensaft im oberen Drittel des Fleischstücks angekommen ist!“



Zum Kurzbraten empfiehlt Robert Berger Filet und Beiried – oder das T-Bone Steak am Knochen. „Für mich unschlagbar, einfach die Championsleague, sind US Filets, aber selbstverständlich bieten wir auch Triple A-Filets an: geboren, aufgewachsen und geschlachtet in Österreich.“ Es muss aber nicht immer Filet sein: „Auch das Huft- und das Flanksteak sind zu empfehlen – nicht ganz so butterweich, aber dafür deutlich günstiger!“ Genereller Tipp für den Einkauf: Das Fleisch sollte dunkelrot sein – je heller, desto frischer ist es!

**„Ohne Fleisch geht's
nicht. Zart muss es
auf jeden Fall sein –
mit dem richtigen
Wein dazu –
einfach perfekt!“**

Stefan Urosevic





„Keine gute Party ohne gute Steaks. Gute Menschen, gutes Essen, gute Getränke - das macht es aus!“
William Nolte

Im Anschluss darf das Fleisch bei gemäßigter Hitze rasten: Wie lange, hängt davon ab, welche „Garungsart“ man bevorzugt.

„Bei größeren Fleischstücken sollte man unbedingt mit einem Kerntemperaturmesser arbeiten, absolutes No-Go: das Fleisch anstechen!“ Als Faustregel gilt: Bei 54 bis 56 Grad Celsius ist das Stück Medium gebraten. Klingt, als könnte MANN gar nicht so viel falsch machen, oder?

„Erfahrung macht den Meister! Probieren geht über studieren. Und wenn doch einmal etwas schief geht: Keine falsche Scham, selbst jedem Profi ist es wohl schon einmal passiert, dass das Steak zu durch oder gar zäh geworden ist“, tröstet Robert Berger.





Hot-Chili-Steak mit Grillgemüse:

Zutaten (für 2 Personen):

Steaks: 2 x 250 g vom Rinderfilet, aus der Mitte geschnitten, Pflanzenöl (hitzebeständig), Salz Pfeffer geschrotet

Grillgemüse: 1 gelbe und 1 rote Karotte, 1 Zucchini, etwas Chinakohl vom festen Ende, 1 gelber oder roter Paprika ohne Haut, 1 rote Zwiebel, Olivenöl, Chilipaste

Salz und Pfeffer

Chilipaste: 2-3 Chilischoten je nach Größe und Sorte,

0,1 l Olivenöl extra vergine, 1 Prise Salz

Zubereitung:

Grillgemüse: Zuerst die Gemüsesorten in dünne Scheiben schneiden (am besten mit einer Schneidemaschine oder einem Gemüseschneider) und anschließend nacheinander auf den Grill legen, bis diese Farbe annehmen und sich ein Grillmuster abzeichnet. Danach das ganze Gemüse zusammen in eine Schüssel geben, mit Olivenöl marinieren, mit

Salz, Pfeffer und Chilipaste abschmecken und kurz warmstellen.

Chilipaste: Die Chilischoten im Mörser fein verreiben, eine Prise Salz hinzufügen und danach mit dem Olivenöl vermengen.

Steaks: Den Grill gut vorheizen. Wir verwenden einen Lavasteingrill, alternativ geht auch ein guter Holzkohलगrill oder Gasgrill. Wichtig ist ein Grill mit ausreichender Hitzeentwicklung. Das Filet mit Pflanzenöl einreiben, dann salzen und pfeffern. Anschließend auf dem Grill scharf rundherum anbraten und ca. 2 Minuten außerhalb der direkten Hitze rasten lassen.

Inzwischen bereiten Sie die Chilipaste vor.

Vor dem Servieren die Steaks auf die gewünschte Garstufe fertigbraten. Das Steak ist „medium“ gebraten, wenn es in der Mitte noch elastisch ist, jedoch zum Rand hin deutlich fester wird.

Auf warmen Tellern mit dem Grillgemüse anrichten. Zu guter Letzt werden die Steaks mit der Chilipaste bepinselt – das macht sie so richtig HOT!



Steak Habañero

Zutaten:

330 g Beiried

Bohnenmousse: 150 g rote Bohnen, 50 g rote Zwiebel in

Würfeln, 20 g Knoblauch geschnitten, ½ Zweig Rosmarin

etwas Chili, etwas Salz, 50 ml Rotwein

Zubereitung:

Knoblauch, Zwiebeln, Salz und Gewürze anschwitzen, dann die Bohnen dazu geben und mit Rotwein ablöschen. Leicht köcheln lassen und zum Schluss grob mixen und abschmecken.

Fertige Bohnenmousse auf die Beiried streichen und bei

Oberhitze gratinieren, bis der gewünschte Gargrad erreicht wird, mit Salatvariation servieren.

Kräuterbutter

Zutaten:

250 g Butter (Zimmertemperatur), etwas Knoblauch, 1 Prise Salz, 1 EL Schnittlauch, 1 EL Petersilie

Zubereitung:

Butter mit Salz & Knoblauch schaumig rühren, zum Schluss Schnittlauch und Petersilie unterrühren.

Im Kühlschrank für 2-3 Stunden kalt stellen

Getränkeempfehlung:

Aperitif:

Birra Viola Artiginale, italienisches Bier in der 0,75-Liter-Flasche, in den Sorten Viola Bionda, Viola Rossa, Viola Numero Tre

Zum Steak:

Cuvée Santa Fe

Hauseigene Abfüllung von Uwe Schiefer, Südburgenland

Digestif:

Cuevo Añejo 1800 Tequila, 100 % Agave Tequila von 1800 aus Mexico

Voller Körper, der an elegante Holznoten erinnert.