

Zweierlei vom Steber Beef (Picanha & Bizeps)



Für ca. 4 Personen

Wurzelgemüse Ansatz

1 Zwiebel
1 Sellerie
2 gelbe Rüben (Karotten)
Petersilie

Waschen und schneiden Sie das Gemüse in Würfel oder in Streifen (je nach Geschmack). Geben Sie das Ganze in eine, im Merklinger vorgeheizten, feuerfesten Pfanne und braten es scharf an. Das angebratene Gemüse können Sie dann direkt in einen Bräter geben, wo es auf das Fleisch wartet.

Rinderbizeps

500 Gram Rinderbizeps
100ml Rotwein (z.B. Spätburgunder)
Salz
Pfeffer
Bratenfond

Würzen Sie die Bizepsstücke mit Salz und Pfeffer und braten

sie in einer, im Merklinger vorgeheizten, feuerfesten Pfanne scharf von beiden Seiten an. Anschließend geben Sie das angebratene Fleisch, in einen Bräter oder einem gusseisernen Top. Geben Sie das Röstgemüse dazu und gießen alles mit Ihrem Bratenfond oder Ihrem Soßen Ansatz und einem guten Schuss Rotwein (klassisch für deutsche Gerichte verwendet man einen Spätburgunder) auf. Das ganze sollte nun bei ca. 180 bis 220 Grad 4 Stunden abgedeckt auf den Schamottesteinen garen.

Picanha

500g Rindertafelspitz
Salz

Schneiden Sie von einem gut gereiften (3 bis 4 Wochen) 500 Gram Stück Rindertafelspitz von der Spitze her gegen die Faser 3 cm dicke Steaks. Wichtig ist, dass Sie das Fleisch nicht direkt aus dem Kühlschrank in den Ofen geben. Es sollte ca. eine halbe Stunde zeit haben, um Raumtemperatur annehmen zu können. Würzen Sie Steaks etwas mit Salz und braten sie dann, direkt auf dem Rost, bei ca. 200° bis 250° Oberhitze von beiden Seiten an. Wichtig ist dabei, den Fettrand in jedem Fall am Fleisch zu lassen, da das Steak sonst sehr trocken werden würde. Optimal ist für diese Stück eine Kerntemperatur zwischen 48° und 50°. Lassen Sie die Steaks nachdem sie aus dem Merklinger kommen kurz ruhen, ehe Sie sie tranchieren und anrichten.

Wildkräutersalat

50g Wildkräuter (z.B. Feldsalat, Klee, Löwenzahn, Sauerampfer,...)
1 Prise Salt
1 Prise Pfeffer
1 TL Senf (je nach Geschmack, süßen oder scharfen Senf)
Essig (je nach Geschmack, Balsamico oder andere Essige)
Öl (je nach Geschmack eignen sich Olivenöl oder andere Pflanzenöle)

Geben Sie das Salz, den Pfeffer, das Öl, den Essig und den Senf in eine kleine Schüssel und verrühren alles bis es sich verbindet. Waschen Sie die Wildkräuter und wenden Sie in dem Dressing bis die ganzen Kräuter damit benetzt sind.

Anrichten

Zum anrichten geben Sie die Picanha Streifen und den geschmorten Bizeps mit etwas von dem Schmorgemüse auf eine Teller und betreufeln das Ganze mit der Soße aus dem Schmortopf. Im dazugehörigen Rezept Video wenden wir den Bizeps vor dem Anrichten noch in einer Panade aus Nüssen, Pistazien und gekochten und gerieben Kartoffeln. Zum Schluss garnieren Sie das Gericht mit dem Wildkräutersalat.

Viel Spaß beim Nachmachen und einen guten Appetit wünscht
Stefan Fuß vom Gasthaus goldener Stern in Rohrbach.

Das passende Rezeptvideo finden Sie hier:

<https://www.youtube.com/watch?v=rlyLbpo9XvM>