▪ Die Küchenschlacht – Menü am 17. März 2025 ▪
Leibgericht mit Viktoria Fuchs

Bianca Beckmann

Texas-Steak mit smoky maple butter, Cornbread, grünen Bohnen und gerösteten Pinienkernen

Zutaten für zwei Personen

Für die Steaks:
2 Rinderfilet à ca. 250 g
1 Knoblauchzehe
3 EL Butterschmalz
1 Zweig Rosmarin
Grobes Meersalz, zum Würzen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Wenn möglich, einen zweiten Ofen auf 70 Grad vorheizen.

Butterschmalz in einer gusseisernen Grillpfanne stark erhitzen. Es sollte aber auf keinen Fall zu rauchen beginnen. Knoblauch abziehen und mit Rosmarin in die Pfanne geben. Fleisch darin 2-3 Minuten braten, ohne zu wenden. Nun sollte sich auf der Bratseite eine schöne braune Kruste gebildet haben. Steak wenden und auf der bereits angebratenen Seite mit Salz und Pfeffer würzen. Weitere 2 Minuten scharf anbraten. Dann auch diese Seite salzen und pfeffern. Fleisch in der Pfanne in den Backofen stellen und hier bis zum Anrichten bei 70 Grad ruhen lassen.

Für die smoky maple butter:
1 Knoblauchzehe
100 g Butter
1 EL Ahornsirup, Grad C
½ Bund Schnittlauch
½ Bund frischer Estragon
1 TL geräuchertes Paprikapulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schnittlauch und Estragon klein schneiden. Knoblauch abziehen und pressen. Alles in eine Schüssel geben und mit Ahornsirup in die Butter mischen. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Zu einer Rolle in Folie einwickeln und im Kühlschrank kaltstellen.

Für die Bohnen und Pinienkerne:
300 g Prinzessbohnen
½ Knoblauchknolle
25 g Pinienkerne
½ TL Bohnenkraut
½ TL frischer Thymian
Olivenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen. Bohnen in kochendem Salzwasser etwa 6 Minuten blanchieren, abgießen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Knoblauch abziehen und halbieren, kleine Zehen ganz lassen. Anschließend in Olivenöl anbraten, Bohnen, Thymian und Bohnenkraut zugeben und alles unter Wenden weitere 2 Minuten braten. Pinienkerne untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Cornbread:
1 Ei
120 g Butter
300 ml Buttermilch
2 EL flüssiger Honig
125 g Maismehl
125 g Weizenmehl
1 TL Backpulver
60 g brauner Zucker

Butter schmelzen. In einer Schüssel die zerlassene Butter mit Zucker und Honig so lange mixen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Buttermilch erwärmen. Nun zuerst das Ei und dann die warme Buttermilch zur Buttermasse hinzufügen. Mehl, Backpulver und Salz in einer zweiten Schüssel mischen. Butter-Buttermilch-Masse in die Mehlmischung geben und gründlich, aber nicht zu lange rühren, bis ein homogener Teig entstanden ist. Eine 25x25 cm große, flache Backform einfetten und den Teig in die Form füllen. Für ca. 25 Minuten bei 200 Grad im Ofen backen.

1 TL Salz

Das Cornbread ist fertig, wenn man einen Zahnstocher hineinstecken kann und kein Teig mehr daran hängen bleibt.

Für die Garnitur:
Butter, zum Bestreichen
1 Zweig Rosmarin

Fertiges Brot in kleine Rechtecke schneiden und mit ein wenig Butter bestreichen. Kräuterbutter auf Steak platzieren und mit Rosmarin dekorieren. Bohnen daneben platzieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.