Schweinshalssteak mit Birnenhonigglasur

Honigmarinaden passen gut Schweinefleisch. Birnenhonig, ist jedoch kein Honig sondern eingedickter Birnensaft. Bekannte Namen dafür sind Birnel oder Birno (Eberle AG, Gossau SG). Man kann ihn auch selber machen, indem man frischen Süssmost auf etwa einen Sechstel einkocht. Bienenhonig gehört aber auch in die Marinade, dazu Senf, Salz und Pfeffer.

Zutaten (pro Portion)

```
1     Schweinshalssteak ca. 1,5cm dick
1El   Birno oder Birnel
1Tl   Honig
2Tl   Senf
      Salz und Pfeffer
      Bratbutter
1/2Tl Rosmarin gemahlen
      Butter
```

Zubereitung

Birno, Honig und Senf miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer nicht zu knapp würzen. Schweinshalssteak mit der Marinade tüchtig einpinseln. Etwa 1 Stunde ziehen lassen, danach in Bratbutter bei mittlerer Hitze insgesamt etwa 6-7 Minuten braten. Dabei 3-4 Mal wenden und jeweils erneut mit der Marinade einpinseln. Vorsicht: die zuckerhaltige Marinade brennt leicht an, gegebenen Falls die Hitz drosseln.

Steak aus der Bratpfanne nehmen und warmstellen. Bratpfanne mit Küchenpapier ausreiben und erneut erhitzen. Wenn die Pfanne heiss ist ca. 1El Butter zugeben, sie sollte sogleich aufschäumen. Rosmarin zugeben und Pfanne von der Herdplatte ziehen. Schweinshalssteak in der Butter wenden.

Schweinhalssteak tranchieren und auf warmen Tellern anrichten. Fleischsaft vom Warmhalten dazugiessen.

Das glänzende Schweinshalssteak vor dem Aufschneiden.