



Rindssteak vom Schulterspitz mit Mais-Hörnli Salat

Der Schulterspitz kennt man als gutes Stück zum Schmoren. Daraus lassen sich aber auch Steaks zubereiten. Sie werden zuerst kräftig angebraten und danach im Ofen bei 80° nachgegart. So stehen sie einem klassischen Steak, geschnitten aus einem Edelstück, an Zart- und Saftigkeit kaum nach. Der Schulterspitz ist von einer breiten Sehne durchzogen, sie muss aber nicht herausgeschnitten werden, sie wird beim Braten weich und ist kaum mehr spürbar. Nach amerikanischem Zuschnitt wird der über der Sehne liegende Teil herausgeschnitten und ist als Flat Iron Steak in BBQ-Kreisen sehr beliebt.

Nebst Hörnli und Maiskörnern bereichern reichlich Peperoni, Essiggurke, Rüebl den währschaften Salat. Dazu Sauerrahm, Estragon, Ei und Senf. Zusammen schon fast eine Hauptmahlzeit, aber vor allem eine gute Beilage zu gebratenem oder gegrilltem Fleisch.

Zutaten

1 Steak vom Schulterspitz
1cm dick, ca. 180g
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Salat (4 Beilagen):

100g Hörnli
130g Maiskörner abgetropft
80g Rüebl
80g rote Peperoni
40g Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 grosse Essiggurken
4El Sonnenblumenöl

2El	Essig
30g	Sauerrahm
1Tl	Dijon-Senf
1	hartgekochtes Ei
1Tl	Estragon getrocknet
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Salat:

Hörnli in Salzwasser gar kochen. Abschütten und kurz mit kaltem Wasser abspülen. Damit sie nicht zusammen kleben, sogleich mit etwas Sonnenblumenöl vermischen.

Peperoni und Essiggurken zu ca. 5mm grossen Würfelchen schneiden. Rübli durch die Röstiraffel reiben. Zwiebel hacken. Ei grob hacken.

Öl, Essig, Senf, Sauerrahm, Zwiebel und Estragon in eine Schüssel geben, Knoblauchzehe dazupressen, mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce gut verquirlen.

Rübli, Peperoni und Essiggurken zugeben und vermischen. Zum Schluss Hörnli und Maiskörner untermischen. Ev. etwas nachwürzen. Ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Steak:

Fleisch 30 Minuten vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und sogleich mit Salz und Pfeffer würzen.

Ofen auf 80° vorheizen.

Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen. Steak auf beiden Seiten 3 Minuten anbraten, danach im Ofen 12 Minuten nachziehen lassen. Beim Anrichten Bratensaft über das Steak giessen.







