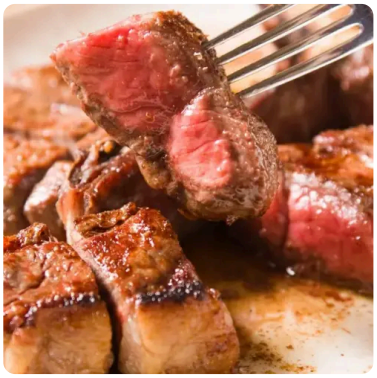
Steak mit Pfefferöl

Ein saftiges und würziges Steak wie im Lieblings-Steakhouse – direkt aus deiner Pfanne



Teile auf Facebook

VORBEREITUNGSZEIT	ZUBEREITUNGSZEIT	GESAMTZEIT
5 Min.	15 Min.	20 Min.

GERICHT	KÜCHE	PORTIONEN
Deftig, Hauptgericht	Amerikanisch, Deutsch, International	2 Portionen

KOCHUTENSILIEN

- Keine speziellen notwendig

ZUTATEN

- 2 Stück Rindersteaks (je 200 g)
- 2 EL 2 EL Olivenöl zum Braten
- 2 EL Bio-Pfefferöl aus der Ölmühle Bayreuth
- etwas grobes Salz
- 1 Stück kleine Knoblauchzehe
- 1 Zweig Thymian Optional

ANLEITUNGEN

1. Steaks eine halbe Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen und trocken tupfen. Nur mit Salz würzen, noch nicht mit dem Pfefferöl.
2. Olivenöl in einer schweren Pfanne stark erhitzen. Steaks von jeder Seite 2–3 Minuten scharf anbraten, je nach gewünschter Garstufe. Optional Knoblauch und Thymian kurz mit in die Pfanne legen.
3. Steaks herausnehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Die Resthitze gart sie fertig.
4. Erst jetzt das Pfefferöl großzügig darüberträufeln und leicht verteilen. Das warme Fleisch reicht, um das Aroma zu öffnen, ohne das Öl zu verbrennen.
5. Guten Appetit!

SUCHBEGRIFF
Fleisch, Steak

Hast du das Rezept probiert?
Lass uns wissen wie es war