# Marinierte Schopfsteaks

Die marinierten Schopfsteaks mit aromatischen Kräutern am Grill oder in der Pfanne zubereitet, begeistern alle Fleischliebhaber.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 10 min

**Ruhezeit:** 60 min

**Gesamtzeit:** 1,2 h



## Zutaten

| | |
|---|---|
| 4 Stk. | Schopfsteaks (2-3 cm dick) |
| 8 Zweige | Rosmarin |
| 8 Stiele | Thymian |
| 2 Zweige | Oregano |
| 2 Stk. | Knoblauchzehe |
| 200 ml | Pflanzenöl |
| 1 EL | Senf (mittelscharf) |
| | Salz und Pfeffer |

## Zubereitung

1. Für die **marinierten Schopfsteaks** den frischen Rosmarin, Thymian und Oregano gründlich waschen und trocken schütteln. Die Rosmarinnadeln grob hacken, die Thymian- und Oreganoblättchen fein abzupfen und zerhacken. Die Knoblauchzehen schälen und fein zerdrücken, Zitronenschale fein abreiben. Alles mit dem Pflanzenöl und Senf in einer Schüssel vermengen. Die Kräuter hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und gründlich verrühren.

2. Die Schweine-Schopfsteaks trocken tupfen und gleichmäßig mit der Marinade einreiben. In einem verschließbaren Behälter oder einem Gefrierbeutel mindestens 60 Minuten im Kühlschrank marinieren – gerne auch über Nacht für noch intensiveren Geschmack.

3. Die marinierten Schopfsteaks rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und auf

Zimmertemperatur bringen. Dann bei mittlerer Hitze ca. 3–4 Minuten pro Seite grillen oder in der Pfanne braten, bis sie außen schön gebräunt und innen saftig sind.

## Tipp