

# Rindersteaks-sanft garen

Das Knaller Rezept für Fleischliebhaber. Sanft gegarte Rindersteaks schmecken nicht nur echten Männern!

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 5 min

**Koch/Backzeit:** 55 min

**Gesamtzeit:** 60 min



## Zutaten

1 kg	Rindersteaks
1 EL	Öl
1 Prise	<a href="#">Salz</a>
1 Prise	<a href="#">Pfeffer</a>

## Zubereitung

1. Den vollen Geschmack entfalten Rindersteaks beim Sanft garen. Die Steaks vor der Zubereitung gut abwaschen und richtig trocken tupfen.
2. Damit die Steaks auch wirklich richtig lecker schmecken, muss die Auflaufform, in der die Rindersteaks im Backofen garen beim Vorheizen schon mit im Ofen stehen.
3. Nun in einer Pfanne Öl richtig heiß werden lassen und erst dann die ungewürzten Steaks zugeben. Von beiden Seiten je 2 Minuten anbraten. Danach die Steaks aus der Pfanne nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Je nach Dicke der Steaks diese nun 45 - 50 Minuten im Backofen bei 85°C auf mittlerer Schiene zu Ende garen. Die Garzeit ist nicht nur von der Dicke abhängig, sondern auch, ob man diese englisch oder medium möchte.
5. Je nach Belieben kann man die Steaks in vielen Varianten servieren.

## Tipp

Zu den sanft gegarten Rindersteaks ist selbst gemachte Kräuterbutter ein absoluter Renner. Ebenso

ist frischer Pfeffer aus der Mühle ein absolutes Muss, um den Geschmack voll zu entfalten!