Straußensteak marinieren und richtig braten

Straußenfleisch ist unglaublich mager. Umso wichtiger ist es, dass man weiß, wie man ein Straußensteak marinieren und richtig braten kann. Mit diesem Rezept ist das kein Problem!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 20 min

Ruhezeit: 48,0 h

Gesamtzeit: 48,5 h

Zutaten

1 Stk.	Straußensteak
0.25 TL	Senf
1 TL	Erdnussöl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 EL	Kräuterbutter

Zubereitung

1. Wer ein Straußensteak marinieren und richtig braten möchte, bereitet zuerst die Marinade zu. Dazu pro Steak 1 TL Erdnussöl mit 1/4 Teelöffel Senf verrühren.

2. Die Steaks in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und von beiden Seiten großzügig mit der Marinade bestreichen. Abdecken und an einem kühlen Ort 2 ganze Tage ziehen lassen.

3. Danach en Backofen auf 75°C vorheizen. Die Steaks mit Küchenpapier abtupfen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und die Straußensteaks darin von einer Seite 2 Minuten scharf

anbraten.

4. Wenden und auf der anderen Seite ebenfalls bis zur gewünschten Bräune anbraten. Das Fleisch salzen und pfeffern und in der Pfanne für 15 Minuten in den Backofen stellen.

5. Anschließend die zarten Steaks aus dem Ofen und der Pfanne nehmen und anrichten. Mit Kräuterbutter servieren.

Tipp

Ein Straußensteak marinieren und richtig braten ist das eine, die richtige Beilage zu finden, das andere. Feinschmecker empfehlen dazu Ofenkartoffeln und/oder Ratatouille.