



ASIA-STEAKS

MIT SESAM UND INGWER

Zutaten für 2 Portionen:

- 400 g **B306 Originals Steak***
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stk. Ingwer (etwa 1cm)
- 1 kleine getrocknete Peperoni
- 1 EL Sesam-Öl
- 2 EL Sesam-Samen
- 3 EL Sojasauce
- 4 EL Gemüsebrühe
- ½ TL Zucker
- 1-2 EL Öl
- gemahlener Koriander
- Salz & Pfeffer



*B306 Fleischempfehlung:

- Black Angus Hüfte, USA
- „B306 Hausselektion“ Lende

Zubereitung:

Holt das Fleisch ca. 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank um ein optimales Bratergebnis zu erzielen (noch besser wäre 1 Stunde vorher).

Ofen vorheizen auf 160 Grad Umluft. Pfanne richtig heiß werden lassen, im Anschluss Öl hinzufügen und dann das (abgetupfte) Steak ins heiße Fett geben. Das Fleisch nun von beiden Seiten ca. 1-2 Minuten scharf anbraten, in Alufolie geben und für ca. 7 Minuten in den vorheizten Ofen schieben.

Inzwischen Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Peperoni mit den Fingern fein zerbröseln. Sesamöl in einer zweiten Pfanne erhitzen. Knoblauch, Ingwer, Peperoni und Sesam darin 2-3 Min. bei mittlerer Hitze anrösten.

Sojasauce und Gemüsebrühe, Zucker und 3-4 Prisen Koriander dazugeben. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, noch 2-3 Min. weiterköcheln lassen.

Die Steaks aus dem Ofen nehmen und nach Belieben schräg in dicke Scheiben schneiden. Mit der Sauce beträufelt servieren.

Dazu empfehlen wir: Reis und/oder Zuckerschoten oder Brokkoli

Guten Appetit!