

Rezept für saftige Steaks nach Idar-Obersteiner Art

Den Schweinenacken in ca. 300 g schwere Stücke schneiden und pro Stück ca. 6 g (1TL) von dem Gewürz für beide Seiten nehmen.

Das Fleisch ordentlich damit einreiben und in einem Beutel möglichst luftdicht einpacken.
Wer hat, kann es auch gerne vakuumieren.

Das Fleisch für mindestens 12 Stunden darin im Kühlschrank ziehen lassen, besser schmeckt es nach 24 Stunden. max 48

Auspacken und auf den heißen Grill legen, nach ca. 15 min. mehrmaligen wendens, sind die Prachtstücke fertig.

Das Fleisch kann auch Sous vide gegart werden, 1 Stunde bei 68°C und dann kurz auf dem Grill gebräunt.

Kerntemperatur 72°C

Wir wünschen guten Appetit
egal wie, Hauptsache lecker...
Markus Staffe, Mietkoch 0176 593 40 797

www.osnakoch.de

Mail info@osnakoch.de

Rezept für saftige Steaks nach Idar-Obersteiner Art

Den Schweinenacken in ca. 300 g schwere Stücke schneiden und pro Stück ca. 6 g (1TL) von dem Gewürz für beide Seiten nehmen.

Das Fleisch ordentlich damit einreiben und in einem Beutel möglichst luftdicht einpacken.
Wer hat, kann es auch gerne vakuumieren.

Das Fleisch für mindestens 12 Stunden darin im Kühlschrank ziehen lassen, besser schmeckt es nach 24 Stunden. max 48

Auspacken und auf den heißen Grill legen, nach ca. 15 min. mehrmaligen wendens, sind die Prachtstücke fertig.

Das Fleisch kann auch Sous vide gegart werden, 1 Stunde bei 68°C und dann kurz auf dem Grill gebräunt.

Kerntemperatur 72°C

Wir wünschen guten Appetit
egal wie, Hauptsache lecker...
Markus Staffe, Mietkoch 0176 593 40 797

www.osnakoch.de

Mail info@osnakoch.de