

Porterhouse-Steak mit Bratkartoffel-Stampf und Bohnen im Speckmantel

Zutaten für das Steak (für 4 Personen):

- 1,2 kg Porterhouse-Steak
- 15 g Meersalz
- Pfeffer

Porterhouse-Steak weist eine ausgeprägte Marmorierung auf, ist etwa sechs Zentimeter dick und bis zu 1.5 kg schwer. Es wird aus dem hinteren Rücken des Rindes geschnitten und besitzt einen T-Knochen, der das Steak in Roastbeef und Filet aufteilt. Da das Roastbeef an dieser Stelle flacher ist, ist der Filetanteil größer. Das T-Bone-Steak, das sehr ähnlich aussieht, ist dünner, besitzt nur eine schmale Filetspitze und wiegt in der Regel zwischen 400 und 700 g.

Das Fleisch abwaschen und trockentupfen. Von beiden Seiten salzen.

Das Steak wird rückwärts gegrillt, also in umgekehrter Reihenfolge, damit es besonders zart wird. Dafür erst am Rand des Grills indirekt bei niedriger Temperatur und danach direkt über der Flamme grillen. Am Ende sollte das Fleisch eine Kerntemperatur von 54 bis 56 Grad haben, das Steak also medium sein.

Um das Steak indirekt zu grillen, den Grill nur zum Teil mit Kohle bestücken und auf Temperatur bringen. Wenn der Grill etwa 120 Grad erreicht hat, das Steak in die indirekte Zone legen, mit einem Thermometer verkabeln und auf 49 Grad einstellen. Sind die 49 Grad erreicht, kommt das Steak in den direkten Bereich. Dazu das Steak kurz vom Grill nehmen und ihn auf 250 bis 300 Grad hochheizen.

Dann das Steak in den direkten Bereich legen, dort bekommt es die Röstaromen und das Branding (Grillmuster). Dieser Schritt unterscheidet sich nicht von einer normalen Zubereitungsmethode. Sobald das gewünschte Branding erreicht ist, das Steak vom Grill nehmen und 3 bis 5 Minuten ruhen lassen. In Tranchen schneiden und bei Bedarf mit Meersalz und Pfeffer nachwürzen.

Zutaten für den Stampf:

- 10 Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 50 g Öl
- oder: Schmalz
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss
- Butter
- Milch

Zuerst die ungeschälten Kartoffeln im Ganzen in einem Topf mit Salzwasser kochen. Abgießen, schälen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden.

Auf einer Feuerplatte oder einer Plancha (glatte Grillplatte) Öl erhitzen und die Zwiebeln darauf schnell anrösten. Kartoffeln dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und gut vermischen. So lange rösten, bis die Kartoffeln schön Farbe und Aroma bekommen haben. Bratkartoffeln mit Butter und Milch bis zur gewünschten Konsistenz stampfen.

Zutaten für Bohnen im Speckmantel:

- 600 g Grüne Bohnen
- 8 Scheiben Bacon
- Salz

- Pfeffer
- 1 EL Butter

Die Bohnen zunächst waschen und die Enden abschneiden. Gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Bohnen darin etwa 8 Minuten bei geschlossenem Deckel bissfest garen. Anschließend in Eiswasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen.

Pro Person jeweils 2 Bohnen-Päckchen einplanen und die Bohnen in entsprechend viele Portionen aufteilen. Bohnen zu Päckchen zusammenfassen und fest mit jeweils 1 Scheibe Bacon umwickeln. Rundherum mit Salz und Pfeffer würzen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Bohnen im Speckmantel hineingeben, die Specknaht sollte nach unten zeigen. Die Päckchen von allen Seiten knusprig anbraten. Gegebenenfalls im Ofen warmhalten.

Bratkartoffel-Stampf, Bohnen im Speckmantel und die Tranchen vom Steak auf Tellern anrichten.

Sendung/Quelle: Nordmagazin

Sendetermin: 21.07.2022

Koch/Köchin: Lars Große und André Wlassak

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen