Kasselersteak mit Mostsauce

Für die Sauce wird saurer Most zusammen mit Zwiebel und einem Lorbeerblatt eingekocht. Der gut durchzogene und geräucherte Schweinshals wird dabei mitgeschmort, er bringt vom Beizen genug salzige Würze mit, um damit auch der Sauce die nötige Rasse zu verleihen. Sie wird zum Schluss mit Vollrahm abgerundet, mit Pfeffer und falls nötig, mit wenig Salz abgeschmeckt.

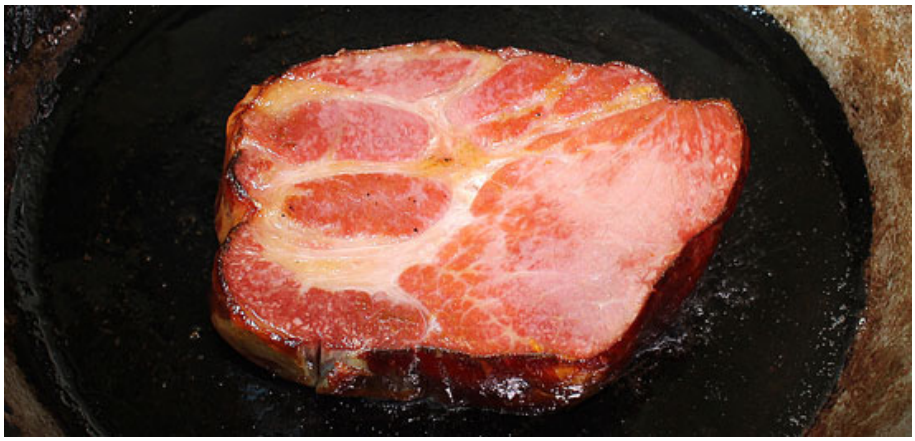
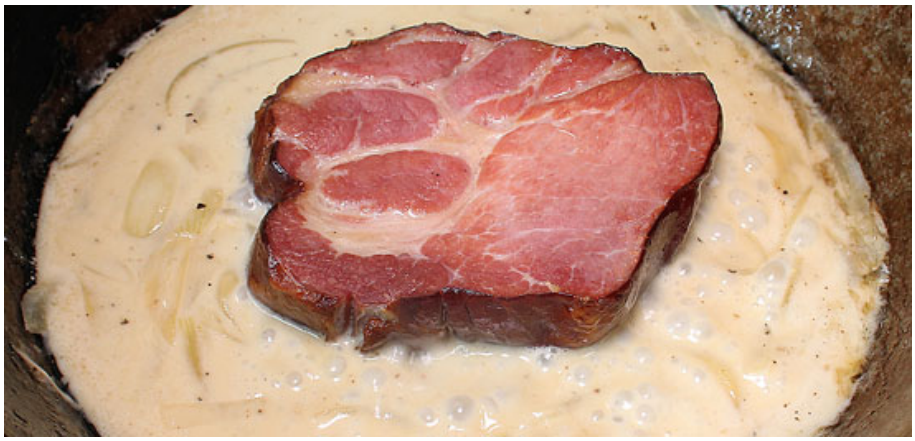
Grüne Bohnen passen ausgezeichnet dazu. Im italienischen Stil, zusammen mit gewürfelter Tomate geschmort, schmecken sie extrafein.

Zutaten

1	Steak vom geräucherten Schweinshals ca. 200g, 2cm dick
1	Zwiebel, ca. 40g
2dl	saurer Most, alkoholfrei
1	Lorbeerblatt
5cl	Vollrahm
1/3Tl	Maizena
1-2	Prisen Zucker
	Pfeffer, ev. Salz
	Bratbutter
150g	grüne Bohnen
1	Knoblauchzehe
1/2Tl	Bohnenkraut getrocknet
3	kleine Datteltomaten
	Kräutersalz
10g	Tafelbutter

Zubereitung

Bohnen rüsten, Knoblauchzehe hacken. Tomaten zu kleinen Würfeln schneiden. Zwiebel halbieren und längs zu Streifen schneiden.

Butter leicht aufschäumen lassen. Knoblauch zugeben und kurz andünsten. Bohnen und Tomatenwürfel zugeben, mit Bohnenkraut und Kräutersalz (ca. 1/2Tl) würzen. Ca. 5cl Wasser zugeben und zugedeckt weichschmoren (ca. 40 Minuten).

Bratbutter bis knapp zum Rauchpunkt erhitzen. Schweinshals beidseitig leicht anbraten. Aus der Bratpfanne nehmen und die Hitze reduzieren. Zwiebel zugeben und glasig dünsten. Most dazugiessen, Lorbeerblatt zugeben, kurz und kräftig aufkochen. Temperatur reduzieren und das Steak in den Sud legen. 30 Minuten lebhaft köcheln lassen. Die Sauce sollte auf ca. 3-4cl eingekocht sein. Steak nochmals kurz aus der Pfanne nehmen, Vollrahm dazugiessen und kurz und kräftig aufkochen. Maizena in wenig Wasser auflösen und in die Sauce einrühren. Kochplatte ausschalten, Sobald die Sauce nur noch leicht köchelt, mit Pfeffer und Zucker abschmecken, Steak in die Sauce legen und 2-3 Minuten ziehen lassen.