

# Björn Freitag: Marinierte Steaks mit Ziegen-Kräuterbutter und Kraut-Salat

---

 [happy-mahlzeit.com/2021/06/08/björn-freitag-marinierte-steaks-mit-ziegen-kräuterbutter-und-kraut-salat](https://happy-mahlzeit.com/2021/06/08/björn-freitag-marinierte-steaks-mit-ziegen-kräuterbutter-und-kraut-salat)

## Marinade

**Zutaten für ca. 50 ml Marinade / ausreichend für ca. 10 Steaks:**

- ½ kleine Chili-Schote
- ½ TL Rohrzucker
- 1 TL Paprikapulver
- ½ EL Tomatenmark
- ½ EL Senf
- 1 EL Oliven-ÖL
- 1 EL Barbecue-Sauce
- 5 kleine Zweige Thymian
- Steaks nach Wahl

## Zubereitung:

Wenn keine besonders scharfe Marinade gewünscht ist, zunächst die Kerne der halben Chili entfernen. Nun die halbe Chili-Schote und den Thymian sehr fein hacken und in eine kleine Schüssel geben. Tomatenmark, Senf, Oliven-Öl und Barbecue Sauce dazugeben und gut verrühren.

Der Clou: Die Steaks werden nach dem Braten mariniert.

Die Steaks zunächst in Butterschmalz von beiden Seiten scharf anbraten und erst danach dünn mit Marinade bestreichen. Die Steaks anschließend bei 90°C im Ofen garen, bis der gewünschte Gargrad erreicht ist.

## Ziegen-Kräuterbutter

**Zutaten für eine kleine Schüssel / ca. 6 Personen:**

- 250g Ziegenbutter
- 25 Blätter frischen Basilikum
- 4 kleine Zweige Thymian
- ½ TL Olivenöl
- 1 Prise Salz

## Zubereitung:

Thymian, Basilikum, Salz und Olivenöl zu einer Paste mörsern. Dann mit Salz und Öl mischen oder alle Zutaten in den Mixer geben (Wer keinen Mörser hat kann die Kräuter auch hacken). Nun die Kräutermischung mit der Ziegenbutter verrühren.

Die Ziegen-Kräuterbutter vor dem Servieren kurz in den Kühlschrank stellen, damit sie wieder etwas fester wird. Zum Anrichten kann die Ziegenbutter in einen Spritzbeutel gegeben und auf die Teller gespritzt werden.

## **Kraut-Salat**

### **Zutaten für ca. 4 Personen:**

- 2/3 Kopf Spitzkohl
- 3 mittelgroße Karotten
- 200g saure Sahne
- 1 TL Honig
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Schuss Rapsöl
- 1 Schuss Essig
- ¼ Bund frischen Schnittlauch

### **Zubereitung:**

Den Spitzkohl in feine Streifen schneiden und den Strunk entfernen. Karotten schälen und grob raspeln. In einer mittelgroßen Schüssel die saure Sahne glatt rühren und danach Honig sowie etwas Salz und Pfeffer würzen. Nun den Kohl und die Karotten unter die Sauce heben. Zum Schluss Rapsöl und Essig über die Mischung gießen und noch einmal gut durchmischen.

Der Salat sollte vor dem Verzehr eine Weile ziehen.

Für die Garnitur den Schnittlauch in feine Röllchen hacken und über den Salat streuen.

Rezept: Björn Freitag

Quelle: Der Vorkoster vom 20.5.2016

Episode: So gelingt das perfekte Steak – Tipps und Tricks an Grill und Herd