



## *Steak mit hausgemachter Kräuterbutter und Zwiebelmarmelade*

### Zutaten:

Für das Steak:

pro Person 200-250 g US-Beef  
schwarzer grober Pfeffer

Für die Kräuterbutter:

250 g Butter (Raumtemperatur)  
4 Knoblauchzehen (gepresst)  
1 Handvoll Petersilie (gehackt)  
1 Frühlingszwiebel (in dünne Scheiben geschnitten,  
nur das weiße davon)  
1 TL Salz  
1 EL Sojasauce  
½ EL Senf  
1 EL Ricard  
1 Spritzer Zitronensaft  
1 Schuss Tabasco (wer es schärfer mag,  
gerne mehr)

1 Handvoll Basilikum (gehackt)

2 Messerspitzen Curry

Würzen mit schwarzem, grobem Pfeffer, Oregano,  
Thymian

Für die Zwiebelmarmelade:

5 rote Zwiebeln (geschält und halbiert)

4 EL Rotwein

3 EL roter Portwein

4 EL Balsamicoessig

2 Thymianzweige

1 Lorbeerblatt

3 weiße Pfefferkörner

1 EL Butter

Salz, Pfeffer

Zucker

### Zubereitung:

1. Zuerst nehmt Ihr Euer Steak etwa eine Stunde bevor Ihr es zubereiten wollt aus dem Kühlschrank. Abwaschen müsst Ihr das Fleisch nicht. Legt es einfach auf ein Küchenpapier auf die



- Arbeitsfläche Eurer Küche.
2. Dann könnt Ihr die Zutaten für die Kräuterbutter in eine Rührschüssel geben. Für die Zubereitung ist der Einsatz einer Küchenmaschine perfekt, es geht natürlich aber auch mit einem Handmixer. Rührt die Kräuterbutter so lange, bis sie schaumig ist. Würzt ruhig kräftig mit Pfeffer. Seid aber mit Oregano und Thymian etwas sparsamer.
  3. Sobald die Butter fertig ist, könnt Ihr sie noch für ein paar Minuten in den Kühlschrank stellen.
  4. Heizt nun den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vor.
  5. Für die Zwiebelmarmelade legt Ihr die Zwiebelhälften in eine ofenfeste Form und deckt diese mit Alufolie ab. Ab damit in den Ofen für etwa 15 Minuten.
  6. Anschließend könnt Ihr die gegarten Zwiebeln fein hacken und mit Rotwein, Portwein, Balsamico-essig, den Kräutern und den Pfefferkörnern in einem kleinen Topf sirupartig einkochen.
  7. Danach entfernt Ihr die Kräuter und rührt die Butter unter. Schmeckt nun die Zwiebelmarmelade mit Salz, Pfeffer und Zucker ab.
  8. Für das Steak stellt Ihr eine Grillpfanne auf den Herd und lasst sie so heiß wie möglich werden. Um zu testen ob die Pfanne wirklich heiß genug ist, halte ich immer meine Hand über die Pfanne. Sobald ich das Gefühl habe die Pfanne glüht, ist es genau richtig.
  9. Gebt das Fleisch in die Pfanne und bratet es für 70 Sekunden von jeder Seite an. Anschließend nehmt Ihr es aus der Pfanne und legt es auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech. Ab damit in den Ofen für etwa 7 Minuten.
  10. Sobald die Zeit um ist, könnt Ihr Euer Steak noch mit etwas schwarzem grobem Pfeffer bestreuen und dazu die Kräuterbutter und die Zwiebelmarmelade servieren.
  11. Als Beilagen esse ich hierzu gerne auch Ofenkartoffeln/-gemüse oder einfach nur Salat.