

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

SCHWEINERÜCKENSTEAKS

mit Spaghetti-Champignon-Salat



Dirk Luther

SCHWEINERÜCKENSTEAKS

mit Spaghetti-Champignon-Salat

ZUTATEN

FLEISCH

4 Schweinerückensteaks à 250 g
Olivenöl
Salz und Pfeffer aus der Mühle
8 Salbeiblätter

VINAIGRETTE

4 EL heller Balsamicoessig
Salz und Pfeffer aus der Mühle
2 Schalotten, fein gewürfelt
1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
150 ml fein-fruchtiges Olivenöl
2 EL Kräuter (Estragon, Petersilie, Schnittlauch), fein gehackt

SALAT

400 g Spaghetti
400 g Champignons
20 getrocknete Soft-Tomaten, grob gehackt
2 EL Kapern, fein gehackt
2 Sardellenfilets, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, in feine Würfel geschnitten
1 Bund Basilikum, Blätter abgezupft und in feine Streifen geschnitten
100 g Parmesan
4 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer aus der Mühle



Schweinerücken



FLEISCH Den Grill für direkte Hitze vorbereiten. Die Steaks vor dem Grillen 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen, dann dünn mit Öl bestreichen. Das Fleisch bei geschlossenem Deckel über direkter Hitze grillen. Die Garzeit beträgt ca. 8–10 Minuten (Kerntemperatur 60 °C), ein- bis zweimal wenden. Wenn sich Flammen bilden, die Steaks vorübergehend über indirekte Hitze legen.

Das Fleisch vom Grill nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Olivenöl beträufeln, die Salbeiblätter dazulegen, in ein Stück Alufolie einwickeln und 2 Minuten ruhen lassen.

VINAIGRETTE Essig mit Salz und Pfeffer verrühren, bis sich das Salz aufgelöst hat. Mit den Schalottenwürfeln und dem Knoblauch vermengen. Das Olivenöl in feinem Strahl nach und nach einrühren. Mit den gemischten Kräutern verfeinern.

SALAT Spaghetti nach Packungsangabe in Salzwasser kochen und abgießen. Die Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden. Den Parmesan in feine Blätter hobeln (z.B. mit einem Sparschäler). Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Champignons bei starker Hitze goldbraun anbraten. Pilze samt Bratöl, den anderen Zutaten und den Spaghetti in eine große Schüssel geben. Die Vinaigrette dazugeben, alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.



PILZBROT

mit Rührei und Katenschinkenstreifen



ZUTATEN 2 EL Rapsöl | 500 g gemischte Pilze, geputzt und in gleichmäßige Stücke geschnitten | 2 Schalotten, gewürfelt | 2 Knoblauchzehen, gehackt | 2 Thymianzweige, Blätter abgezupft | 1/2 Bund Petersilie, gehackt | Salz und Pfeffer | 30 g Butter | 8 Scheiben Schwarzbrot | 4 EL Butterschmalz | 1 Bund Schnittlauch | 8 Eier | 400 g Katenschinkenstreifen



ZUBEREITUNG Das Rapsöl in einer großen Pfanne erhitzen, in der alle Pilze nebeneinander Platz haben. Die Pilze in die heiße Pfanne geben und kurz anbraten. Die Schalottenwürfel, den Knoblauch und die frischen Kräuter hinzufügen und durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen und einige Minuten braten. Sobald die Pilze Farbe angenommen haben, die Butter dazugeben und die Pfanne erneut schwenken.

Vom Schwarzbrot die Rinde abschneiden. Zwei Löffel Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Brotscheiben hineinlegen und im heißen Butterschmalz auf beiden Seiten knusprig braten, auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Eier in einer Schüssel mit einem Schneebesen aufschlagen, durch ein feines Sieb passieren. Restliches Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Eier sowie den Schnittlauch zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Bei mittlerer Hitze unter Rühren saftig stocken lassen. Das Rührei auf die Brotscheiben verteilen. Die gebratenen Pilze darauflegen und mit den Katenschinkenstreifen bestreuen.



LEICHT



GESAMT ca. 30 MIN.



4 PORTIONEN