

Das Gaucho Delux Beef

- Entrecôte
- 4 Personen
- 30 Min.

Unsere Zubereitungsmethode «GAUCHO Delux» garantiert Euch ein hervorragendes Stück Fleisch. Hierfür müssen nur folgende Kennzahlen beachtet werden: 10 Minuten kräftig anbraten, danach 25 Minuten bei 120 Grad im Ofen garen.

Das Fleisch wird am Stück zubereitet und erst zum servieren in Tranchen geschnitten. Durch diese Zubereitungsart bekommt das Fleisch eine schöne Kruste und wird innen saftig rosa. Zudem kann man es noch einige Minuten über das Garen hin aus warm halten.

Zutaten

- 1 kg Filet, Entrecôte oder auch Huft (250gr pro Person)
- Maldonsalz
- 2 Esslöffel Erdnussöl (oder ein anderes, nicht kaltgepresstes Öl)

Zubereitung

Fleisch 1–1 ½ Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen, auspacken, mit kaltem Wasser abspülen und mit Haushaltspapier trocken tupfen. Mit reichlich Pfeffer würzen, mit Salz bestreuen. Eine Pfanne mit schwerem Boden, möglichst gerade so gross wie das Fleischstück, mit Erdnussöl (oder anderem Öl) heiss werden lassen. Es ist sehr wichtig, dass die Pfanne genügend vorgeheizt ist. (Herdplatte auf 80–85% der Leistung erhitzen, also Stufe 4 von 6)

Eine ungeschälte Knoblauchzehe leicht zerdrücken, begeben. Gleichzeitig den Ofen auf 120° C vorheizen (Gitter mit Blech darunter). Fleisch nochmals trocken tupfen. Ins heisse Öl geben und während 10 Minuten auf allen Seiten anbraten. Während dem Braten das Fleisch immer wieder mit dem heissen Öl begiessen. Das Teil sollte am Schluss des Anbratens so aussehen, als ob es schon fertig wäre. Also mit einer schönen, kräftigen Kruste versehen sein.

Danach ab in den Ofen auf den Gitterrost. Teller auf das Blech darunter, falls Fleischsaft runter tropft. Tipp: Teller zum Vorwärmen mit in den Ofen geben. Nach 20 Minuten das Fleisch aus dem Ofen nehmen und 3–5 Minuten in Ruhen lassen. Falls notwendig, kann das Fleisch maximal 1 Stunde bei 60° C im Ofen warm gehalten werden. Dazu die Ofentüre solange öffnen, bis die Temperatur auf 60° C abgesackt ist.

Tipp

Wir Gaucho's servieren jeweils das Fleisch in grossen Stücken. 1-Zentimeter-Tranchen sehen aber auch sehr schön aus. Unbedingt quer zu den Fasern schneiden! Die Schnittflächen vor dem Servieren mit zusätzlichem Salz bestreuen.

Beilagen

Als Beilagen passt eigentlich alles, was man mag. Wir empfehlen kräftige Salate (Rucola, Chiccorino rosse usw), italienisches Gemüse wie Cima di rapa oder Peperonata, feine Risotti oder ganz einfach Bratkartoffeln mit Rosmarin. Saucen braucht man zu diesem hervorragenden Fleisch eigentlich nicht.

GAUCHO Delux GmbH, Tel 044 201 11 70, info@gaucho.ch, www.gaucho.ch

