

Gegrilltes Biersteak mit Quarschupfnudeln u. Liebstöckelbutter



Zutaten (für 4 Personen)

Für die Steaks:

ca. 1 kg magerer Schweinenacken
400 g Gemüsezwiebeln
80 g mittelscharfer Senf
ca. 1 l helles Bier
Salz, Pfeffer
Chiliflocken

25 g Hartweizengrieß
2 EL Öl
150 g Kirschtomaten
Salz, Pfeffer, Muskat

Für die Schupfnudeln:

400 g mehliges Kartoffeln
200 g Magerquark
2-3 EL Butterschmalz
1 Eigelb
80 g Speisestärke

Für die Liebstöckelbutter:

80 g weiche Butter
1 EL gehackter Liebstöckel
1 EL gehackte Petersilie
1/2 TL unbehandelter Zitronenabrieb
Salz, Pfeffer



Zubereitungszeit
1 h 30 Min



Kcal
971

KJ
4070

Eiweiss
53,2 g

Fett
62,2 g

Kohlenhydrate
43,4 g

Zubereitung

1. Das Fleisch in 4 Portionen teilen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten mit Senf einpinseln. In einer Schüssel die Steaks und die Zwiebeln abwechseln dicht einschichten. So viel Bier angießen das alles gut bedeckt ist. Im Kühlschrank abgedeckt 2 Tage marinieren. Wenn es schneller gehen soll, alles vakuumieren und 24 Std. marinieren. Steaks aus der Marinade nehmen und trocken tupfen.
2. Für die Schupfnudeln: Kartoffeln in Salzwasser kochen und heiß schälen. Durch die Presse drücken und auf einem Blech abkühlen lassen.
3. Den Quark in einem Küchentuch ausdrücken, so dass ca. 60 g übrig bleiben. Kartoffeln mit Butterschmalz, Eigelb und Quark mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Stärke und Grieß dazugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig erst zu Rollen von 1,5 cm formen, dann in 3 cm Stücke teilen und zu 6 cm langen Rollen formen, deren Enden spitz zulaufen. In reichlich Salzwasser blanchieren, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Kalt abschrecken und leicht einölen.
4. Die weiche Butter, Kräuter, Zitronenabrieb verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Backpapier zu einer Rolle formen und kalt stellen.
5. Die Steaks in einer Pfanne oder auf dem Grill garen und im Ofen warm halten. In einer großen Pfanne die Schupfnudeln in Öl bei mittlere Hitze goldbraun braten. Die Kirschtomaten halbieren, dazugeben und kurz mit garen. Steaks mit der Butter, den Schupfnudeln und mit Chiliflocken bestreut servieren.