

Nacken-Steak Kartoffel-Salat, Bier-Soße und Feldsalat

Für zwei Personen

Für die Nackensteaks:

2 Nackensteaks, à 250 g	2 TL mittelscharfer Senf	330 ml Bier
2 Zwiebeln	50 g Mehl	3 EL Schmand
2 EL Rapsöl	Salz	Pfeffer

Für den Kartoffelsalat:

500 g festk. Kartoffeln	100 g Bauchspeck	1 Zwiebel
1 Lorbeerblatt	25 g Kapern (sauer)	1,5 EL weißer Balsamicoessig
0,5 TL Zucker	1 TL Kümmel	Salz
Pfeffer		

Für den Feldsalat:

100 g Feldsalat	1 EL Nussöl	1 EL Apfelessig
1 Prise Zucker	1 Prise feines Salz	

Für den Kartoffelsalat Salzwasser zum Kochen bringen. Und mit Kümmel und Lorbeerblatt gar kochen. Kartoffeln heiß schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Speck in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den Zwiebeln in einer Pfanne auslassen und andünsten.

Aus Essig, Zucker, Salz, Pfeffer und etwas heißem Wasser eine Marinade bereiten. Kartoffeln mit Kapern und der Speck-Zwiebel-Mischung in die Marinade geben, unterheben und etwas ziehen lassen.

Nackensteaks waschen, trocken tupfen und etwas flach klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite in zwei Esslöffeln Rapsöl einer Pfanne anbraten. Nach dem Wenden die Oberseite mit Senf bestreichen und alles mit Bier ablöschen. Etwa 15 Minuten schmoren lassen. Eine Zwiebel abziehen, in Würfel schneiden und mit schmoren lassen. Am Ende alles mit Schmand binden.

Restliche Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Mit Mehl bestäuben und im restlichen Rapsöl kross ausbacken.

Für den Feldsalat aus Nussöl, Apfelessig, Salz und Zucker eine Marinade herstellen. Feldsalat waschen, trocken wedeln und durch die Marinade ziehen.

Nackensteak mit warmem Kartoffelsalat, Biersauce und Feldsalat mit Essig-Öl-Vinaigrette auf Tellern anrichten und servieren.

Gudrun Katzmann am 01. August 2016