

Skirt-Steak vom Rind mit Mais

Für 2 Personen

400 g Skirt-Steak vom Rind (Saumfleisch)	Salz, Pfeffer	2 Zweige Thymian
5 EL Olivenöl	4 Zuckermaiskolben	1 Knoblauchzehe
50 ml Geflügelbrühe		

Das Fleischstück mit Salz, Pfeffer, Thymianblättchen und 1-2 EL Olivenöl einreiben. In eine lebensmittelechte und hitzestabile Folie einpacken und vakuumieren, so im 70 Grad heißen Wasserbad ca. 3 Stunden garen. Die Maiskolben schälen, von 2 Maiskolben die Körner vom Kolben schneiden. Die anderen beiden Maiskolben mit einem Sägemesser in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Maisscheiben in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl und dem Knoblauch braten, mit Salz würzen. Die restlichen Maiskörner in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl braten, 50 ml Geflügelbrühe zugeben und mit Salz abschmecken. Das Fleisch aus der Folie packen und auf dem vorgeheizten Grill oder in der Grillpfanne von allen Seiten anbraten, vom Grill nehmen und aufschneiden. Das Fleisch mit den gebratenen Maisscheiben und dem Maisgemüse anrichten und servieren. Dazu passt Kräuterbutter-Baguette.

Karlheinz Hauser am 30. Juni 2014