

REZEPT

Grillsteak mit Kräuterbaguette und Wildblütenbutter

Dieses Rezept wurde von Claudia Scheu, Waldhof Grabenstetten, und Lena Mayer, Biohof Berghülen, im Juni 2023 für das neue Veit-Baguette entwickelt. Lena Mayer ist die Tochter unseres Vertragslandwirts Bernd Schweiss aus Grabenstetten, bei dem unser Richards Rotkornweizen und unser Goldlein angebaut wird.



Zubereitungszeit: ca. 45 min

Rezept Kräuterbaguette

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Veit-Baguette
- 250 g Butter
- 4 Hände voll gemischte und aromatische frische Kräuter wie z. B. Schnittlauch, Petersilie, Basilikum, Majoran, Thymian, Spitzwegerich, Giersch, Kerbel, Sauerampfer, Schafgarbe, wilder Frauenmantel, Rosslauch, Vogelwicke, Pimpinelle, Knoblauchsrauke, guter Heinrich etc.
- Salz

Rezept und Bilder: Claudia Scheu, www.waldhof.de und Lena Mayer, Biohof in Berghülen

Zubereitung:

1. Die Kräuter waschen, trocken tupfen und fein schneiden oder hacken. Die weiche Butter mit den Kräutern und mit dem Salz mischen.
2. Das Baguette in Scheiben anschneiden, dabei die Scheiben nicht ganz durchschneiden.
3. Die Kräuterbutter zwischen den Scheiben aufbringen.
4. Das Baguette auf einem Blech im Backofen auf 100 Grad ca. 15 Minuten erwärmen. Das ganze Baguette auf einer Platte servieren.

Rezept Wildblütenbutter

Zutaten für 4 Portionen:

- 250 g Butter
- 2 Hände voll Blüten von z. B. Löwenzahn, Günsel, Gundermann, Beinwell, Borretsch, Lichtnelke, Rotklee, Ehrenpreis, Zimbelkraut, kleiner Wiesenknopf, Wiesen Bocksbart, Taubnessel, Vergissmeinnicht, Pimpinelle
- Ur-Steinsalz
- Grillgut: z.B. Steak vom Bio-Weiderind

Zubereitung:

1. Am frühen Morgen die Blüten von z. B. Löwenzahn, Günsel, Gundermann, Beinwell, Borretsch, Lichtnelke, Rotklee, Ehrenpreis, Zimbelkraut, kleiner Wiesenknopf, Wiesen Bocksbart, Taubnessel, Vergissmeinnicht, Pimpinelle sammeln.
2. Die Blüten von eventuellen Insekten abschütteln, die Blüten abzupfen und klein schneiden.
3. Die weiche Butter mit den Blüten vermischen und mit unbehandeltem Ur-Steinsalz würzen. Die Masse in eine Spritztülle geben und Tupfer auf ein Blech setzen.
4. Das Blech in die Kühltruhe stellen. Später kann man die gefrorene Blütenbutter in ein kleineres Gefäß umsetzen und in der Gefriertruhe lagern, bis man sie braucht.
5. Die gefrorenen Tupfer der Wildblütenbutter einzeln entnehmen und zum Grillgut servieren.

Tipp: Lena Mayer geht die Kräuterbutter in der Grillsaison nie aus. Ist sie doch eine leckere Beilage zu geröstetem Brot und Grillsteaks. Die Wildblütenbutter ist ein farbiges Dekoelement, welches im Übrigen jede Art von Grillgut optisch und geschmacklich aufwertet.

Lena Mayer grillt am Liebsten saftiges Fleisch vom Bio-Weiderind. Wir empfehlen die Steaks indirekt zu grillen, Garpunkt wie gewünscht.

Wir wünschen einen guten Appetit!