

# Braumeistersteak

## Zutaten

2 Zwiebeln (120 g)  
 2 Scheiben Schweinenacken  
 (ca. 180–220 g)  
 oder 2 Schweinerückensteaks  
 Salz, Pfeffer  
 1 EL Senf  
 1 EL Mehl  
 1 EL Butterschmalz  
 oder Öl  
 30 g durchwachsener Speck  
 in dünnen Scheiben  
 1–2 Prisen Zucker  
 100 ml dunkles Bier  
 (z.B. Goslarer Gose o.a.)  
 75 ml Wasser

## Zubereitung (für 2 Personen)

Den Backofen auf 80°C Ober- und Unterhitze einstellen und eine Platte auf das Ofenrost stellen. Die Zwiebeln schälen und in Halbringe schneiden. Die Schweinesteaks an den Rändern 2 bis 3 Mal einschneiden, damit sie sich nicht wölben. Das Fleisch salzen, pfeffern, dünn mit Senf bestreichen und leicht bemehlen.

Butterschmalz oder Öl in einer Edelstahlpfanne erhitzen. Die Steaks von jeder Seite 4 bis 5 Minuten braten, dann auf die Platte im Herd legen. Die Speckscheiben in der Pfanne knusprig braten. Ebenfalls auf die Platte legen. Nun die Zwiebelringe hellbraun schmoren. Mit einer Prise Zucker aromatisieren. Mit dem Bier und 75 ml Wasser ablöschen. Aufkochen und 5 bis 10 Minuten köcheln lassen, danach die reduzierte Soße mit Salz und Pfeffer und vielleicht noch 1 Prise Zucker und etwas Senf abschmecken.



Anrichten: Die Steaks mit den Zwiebeln abdecken. Die krossen Speckscheiben auflegen. Die Biersoße und Bratkartoffeln dazu reichen. Ein Salatteller sollte nicht fehlen und natürlich ein Bier. In Goslar selbstverständlich die Gose, die schon Kaiser Otto III. (980–1002) geliebt und getrunken haben soll. Auch eisgekühlter Nordhäuser Doppelkorn wird zum Braumeistersteak geschätzt.



Besonders deftige Variante der Braumeistersteaks: Die Zwiebeln mit ¼ TL Kümmel und die Soße mit 25 g zerbröckeltem Harzer Käse würzen.