

Flecksig

Verantwortungsvoll genießen.



US Flap Steak oder großes Bavette **Was ist eigentlich ein Flap Steak?**

Das große Bavette ist in Deutschland eher unbekannt. In Frankreich nennt man es Bavette d'Aloyau und in der amerikanischen Küche ist das saftige Steak mit dem vollen Rindfleischgeschmack ebenfalls weit verbreitet. Vom Namen her hat es Ähnlichkeit mit dem Flank Steak. Es ist jedoch ein anderer Cut, der im unteren Rippenbereich liegt.

Das relativ flache Steak ist etwa 1,5 bis 2,5 kg schwer und hat in der Regel eine ausgeprägte Fettmarmorierung, welches das Fleisch besonders zart und saftig macht, wenn man das Steak quer zu Faser in dünne Scheiben schneidet. Damit es besser auf den Grill passt, wird es in der Mitte geteilt. Dadurch erkennt man auch die starke Marmorierung, die typisch für ein Flap Steak ist. Das Steak wird mit Olivenöl eingerieben und anschliessend gewürzt. Nachdem der Grill auf gut 300 Grad vorgeheizt wurde, wird es aufgelegt und von beiden Seiten jeweils 2 Minuten direkt gegrillt. Anschliessend den Grill auf 120 Grad runter regeln und die Steaks im indirekten Bereich auf eine Kerntemperatur von 55 Grad ziehen.

Nach etwa 30 Minuten wird das Steak auf der gewünschten Temperatur sein. Beim Anschneiden sollte man darauf achten, dass man das Steak quer zur Faser aufschneidet. Das Flap Steak ist ein äußerst geschmacksintensives Steak.

Im Vergleich zum Flank Steak ist es deutlich weicher, was nicht zuletzt an der intensiven Marmorierung liegt.

Im Geschmack kernig und intensiv.

Das Bavette ist ein echter Tipp für Steakliebhaber, die intensiven Rindfleischgeschmack mögen.

Kamen

Oststraße 17
59174 Kamen
02307 102 85

Mittagstisch:

10:30 bis 13:30 Uhr

Bergkamen

Schulstraße 48
59192 Bergkamen
02307 60613

Mittagstisch:

10:30 bis 13:00 Uhr