

Rezept

Knoblauch-Hüftsteaks mit Kräuter-Limetten-Butter

Ein Rezept von Knoblauch-Hüftsteaks mit Kräuter-Limetten-Butter, am 09.06.2026

Zutaten

4 Hüftsteaks vom Rind (je 160–220 g)	2 Knoblauchzehen
2 EL Öl	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
gemahlener Koriander	Salz
1/2 Bund gemischte Kräuter (z. B. Kräuter für Frankfurter grüne Sauce)	1/2 Bio-Limette
Salz	125 g weiche Butter
1/2 TL rosa Pfefferkörner	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 640 kcal

Zubereitung

1. Die Steaks trocken tupfen. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken oder durch die Presse drücken, mit dem Öl sowie mit Pfeffer und etwas Koriander verrühren. Die Steaks damit einreiben und nach Belieben zugedeckt 1-2 Std. marinieren.
2. Für die Kräuter-Limetten-Butter die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Limette heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Kräuter, Limettenschale und Limettensaft mit der weichen Butter verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die rosa Pfefferkörner ein wenig zerdrücken und ebenfalls unter die Butter mischen. Zugedeckt kalt stellen.
3. Eine breite schwere Pfanne stark erhitzen. Die marinierten Steaks hineinlegen und von jeder Seite 1 Min. scharf anbraten, zwischendurch salzen. Die Hitze reduzieren, die Steaks von jeder Seite noch 2-3 Min. braten. In Alufolie wickeln und 2-3 Min. nachziehen lassen. Die Kräuter-Limetten-Butter portionieren und zum Servieren neben oder auf die Steaks setzen.