



# Perfekte Spätsommer-Steaks vom Walisischen Lamm (g.g.A.)

## Zutaten

- 2 magere Steaks vom Walisischen Lamm (Keule oder Hüfte)
- Salz und Pfeffer
- 30 ml (2 EL) Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, geschält, in Scheiben geschnitten
- 15 ml (1 EL) Apfelmus
- 60 ml (4 EL) Apfelsaft
- 15 g (1 EL) frische Minze, gehackt

### Zum Anrichten

- 45 ml (3 EL) Apfelsaft
- 15 g (1 EL) frische Minze, gehackt
- 30 ml (2 EL) Olivenöl

Dazu: Apfel und Cole-Slaw-Frühlingszwiebelsalat

## Zubereitung

1. Zunächst Grillpfanne oder BBQ-Grill vorheizen, denn ein perfektes Steak benötigt Hitze.
2. Keulen- oder Hüftsteaks salzen und pfeffern und in Öl mit Knoblauchblättchen nach folgenden
3. Garrichtlinien zubereiten: pro ca. 1 – 2 cm Dicke rechnen Sie mit ca. 4 – 6 Minuten von jeder
4. Seite. Dickere Steaks in Relation entsprechend länger anbraten.
5. Wenn Zubereitung in Pfanne erfolgt, Apfelmus, Apfelsaft und Minze hinzugeben. Wenn
6. Zubereitung auf dem Grill erfolgt, Zutaten in Extra-Pfanne vermengen, erhitzen und später
7. dazugeben.
8. Für einen feinen Apfel-Minz-Streusel-Effekt einfach Apfelsaft, gehackte Minze und Olivenöl
9. vermischen und Fleisch damit bestreuen.
10. Mit fein zugeschnittenem Apfel und Cole Slaw-Frühlingszwiebelsalat servieren.



Zubereitungszeit:  
10 Minuten

Portionen: 2

Küche: britisch

Zuschnitt:  
Keulensteak/Hüftsteak