

# Second Cuts

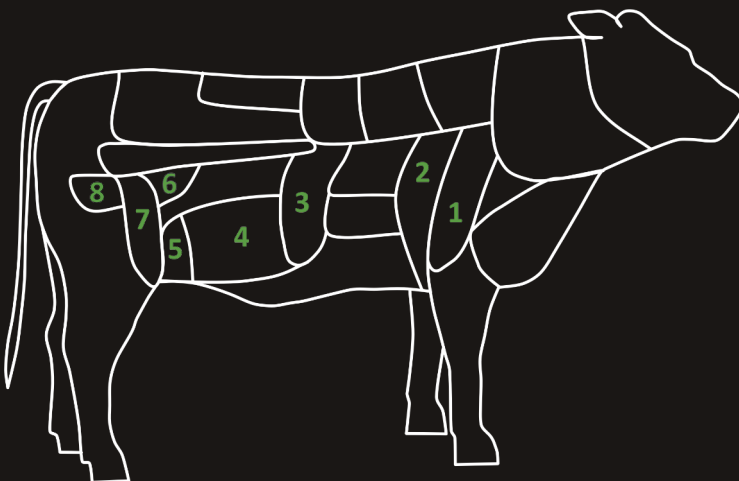


Hereford Elbweiderind  
Graditz

Zu unserer Elbweiderind-Philosophie gehört es, dass wir unsere Tiere ganzheitlich verwerten – also von der Nase bis zum Schwanz (from-nose-to-tail). Denn wir verkaufen nicht nur die Edelfleischstücke wie Filet, Roastbeef oder Tafelspitz, sondern auch die Knochen und Innereien. Ebenso zählen die „Kurzbratstücke aus der zweiten Reihe“ dazu. Zu diesen sogenannten „Second Cuts“ gehören zum Beispiel: Flank, Spider, Flat Iron, Teres Major, Bavette und Hanging Tender.

Was bedeutet das? Diese speziellen Schnitte stammen aus Teilen des Tieres, die sonst eher komplett geschmort werden. Aber es gibt z.B. in der Schulter auch noch sehr gut zum Kurzbraten geeignete Steakstücke. Diese „Second Cuts“ sind somit eine nachhaltige und nicht weniger leckerer Alternative zu den bekannten Edelstücken für Grill und Pfanne.

Bis in die 70er Jahre gab es diese Kurzbratstücke in den Metzgereien. Dass man die Nebenschnitte dann nicht mehr in den Fleischtheken finden konnte, lag an der fehlenden notwendigen Reifung. Weil Elbweiderind sein Fleisch mindestens für 14 bzw. 21 Tage am Knochen reifen lässt, wird das Bindegewebe im Muskel aufgeschlossen (locker) und das Fleisch dadurch weicher und aromatisch. Die langsame und handwerkliche Reifung der Muskeln bietet somit wieder die Möglichkeit, dass die „Second Cuts“ als Steak zubereitet werden können. Kein Wunder: Diese Stücke punkten mit vollem Aroma und Biss. Vorausgesetzt man bereitet sie richtig zu.



- 1 - Flat Iron  
(Schulterschmelze)
- 2 - Teres Major  
(Metzgerstück)
- 3 - Skirt  
(Saumfleisch)
- 4 - Flank  
(Bauchlappen)
- 5 - Bavette  
(Flap)
- 6 - Hanging Tender  
(Onglet, Nierenzapfen)
- 7 - Tri Tip  
(Bürgermeisterstück)
- 8 - Spider  
(Fledermaus,  
Kachelfleisch)



## Saftige Steaks "Second Cuts"

Second Cuts können grundsätzlich wie klassische Steaks zubereitet werden. Wichtig: Bitte maximal bis medium (mit rosa Kern) garen, damit die Stücke zart und saftig bleiben. Als Faustregel gilt: Je höher der Fettanteil des Fleisches, um so länger kann es erhitzt werden.

1. Das Fleisch mindestens 2 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Zimmertemperatur annimmt.
2. Grill oder Pfanne gut vorheizen.
3. Wir empfehlen die Zubereitung am Stück: Das Steak im Ganzen von beiden Seiten mit sehr hoher Temperatur scharf anbraten bis es von außen braun wird. In der Pfanne: Etwas Pflanzenöl verwenden.
4. Das Steak aus der Pfanne oder vom Grill nehmen und bei ca. 100 Grad im Ofen oder in einer Ruhezone des Grills nachgaren bis es eine Kerntemperatur von maximal 55 Grad erreicht (am besten ein Grillthermometer verwenden). Dann hat das Fleisch die Garstufe "medium rare (rosa)".
5. Ist die Kerntemperatur erreicht, das Fleisch nochmal für ca. 30 Sekunden pro Seite auf dem heißen Grill oder in der heißen Pfanne nachbraten. In der Pfanne: Mit einem Stück Butter schwenken.
6. Zum Schluss das Fleisch GEGEN die Faser in schmale Scheiben schneiden. Mit Salz (und Pfeffer) nach Belieben würzen. Guten Appetit!

