



Nackensteaks mit Gewürzgurken-Senf-Relish

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Schweinenackensteaks	600 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Öl	2 EL
Minigurken	2 St.
Gewürzgurken	4 St.
Dill, frisch	10 g
Petersilie, frisch	10 g
Süßer Senf	1 EL
Senf	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, Grill

1. Nackensteaks aus dem Kühlschrank nehmen und zum Temperieren beiseitelegen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einer Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, darin Zwiebeln ca. 3 Min. anschwitzen und anschließend in einer Schüssel beiseitestellen.
2. Snackgurken waschen. Von Snackgurken und Gewürzgurken Enden entfernen und fein würfeln. Dill und Petersilie waschen, trocken schütteln, größere Stiele entfernen und fein hacken. Kräuter, Gurkenwürfel, süßen Senf, Senf, 1 EL Gewürzgurkenfond und 1 EL Öl zu den Zwiebeln in die Schüssel geben, mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Grill anheizen und Nackensteaks rundherum ca. 6–8 Min. goldbraun grillen. Fertige Steaks vom Grill nehmen und mit Gewürzgurken-Senf-Relish servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	293 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	13 g