



FLAT IRON STEAK

Das FLAT IRON STEAK wird aus der Schulter geschnitten und entspricht genauer gesagt dem parierten Schulterscherezel, das dafür allerdings der Länge nach entlang der Sehne halbiert und zugeputzt wird. Anatomisch gesehen ist dieser Muskel, der in Deutschland bildhaft „Schaufelstück“ genannt wird, zwischen der „Dicken Schulter“ und dem „Mageren Meisel“ zu finden. Dieses Fleisch, das man sonst eher aus der Wiener Suppenküche kennt, ergibt bei entsprechender Qualität, Zuschnitt und Reifung ganz hervorragende Steaks, die geschmacklich ihresgleichen suchen.

Zubereitung

Bedingt durch seine flache Form wird das Flat Iron Steak am besten im Ganzen gebraten oder gegrillt, kurz und bei kräftiger Hitze bis zur Garstufe „medium rare“ etwa, und dann – nach einer kurzen Rastphase – kurz vor dem Servieren quer zur Faser in dünne Scheiben geschnitten. Diese Faserung läuft übrigens nicht parallel, sondern eher diagonal zur Form des Teilstücks! Ideal sind diese Streifen dann übrigens auch für die Füllung von Tortillas und Wraps.

FLAT IRON STEAK - AUS DER RINDERSCHULTER (TOP BLADE ROAST) GESCHNITTEN

Als Flat Iron Steak wird ein Top Blade Roast bezeichnet, bei dem die innen liegende Sehne entfernt wurde. Es wird aus dem oberen Teil der Rinderschulter geschnitten. Es handelt sich um einen relativ modernen Zuschnitt, der erst Anfang 2000 entdeckt wurde. Nach dem Entfernen der Sehne erinnert die Optik der Steaks in etwa an ein altmodisches Bügeleisen, daher die Bezeichnung Flat Iron (engl., Bügeleisen). Wer in Großbritannien dieses kurzfaserige Steak haben möchte, bestellt ein Butlers' Steak, in Australien wäre es ein Oyster Blade Steak. Flat Iron Steaks sind relativ dünn und haben daher nur eine kurze Bratzeit.