

NFZ-REZEPT

Vor- und
Zubereitung:
ca. 30 Minuten

Zutaten:

1 Steak (ca. 600 Gramm)
für zwei Personen

Dazu nach Wunsch diverses
Gemüse vom Grill oder ein
Salat.

Eine Scheibe
«chüstiges» Bauernbrot
rundet alles ab.

Côte de Bœuf «Dry-Aged» (Rinderkotelett)

Zubereitung:

Den Grill bis auf ca. 120 – 130 °C erhitzen. Dann einen Fettrand vom Côte de Bœuf abschneiden, diesen kreuzweise einschneiden und mit grobem Meersalz einreiben. Das Stück Fett 1 bis 2 Minuten auf den Rost des Grills legen, sodass es ein wenig schmilzt.

Mit dem Fett über den Rost reiben, das Côte de Bœuf darauflegen und das Stück Fett auf das Fleisch legen. Den Deckel des Grills schliessen und das Fleisch langsam garen. Nun das Fett vom Fleisch nehmen, das Fleisch umdrehen und das Fett wieder darauflegen. Das Fleisch wird nämlich noch schmackhafter, wenn das Fett darauf liegt. Den Deckel schliessen und das Fleisch weitergaren lassen, bis eine Kerntemperatur von 40 – 42 °C erreicht ist. Prüfen Sie die Temperatur mit dem Thermometer.

Das Fleisch aus dem Grill nehmen, mit Alu-Folie abdecken. Den Deckel schliessen und den Grill wieder auf eine Temperatur von ca. 250 – 270 °C erhitzen.

Das Côte de Bœuf nun ca. 2 Minuten von beiden Seiten grillen. Dann das Fleisch vom Rost nehmen, mit grobem Meersalz bestreuen und 10 Minuten ruhen lassen.

Das Fleisch in schöne Scheiben schneiden und servieren. Dazu servieren Sie zum Beispiel eine gegrillte Zwiebel, gegrillten Spargel, gegrillte Zucchini und gebratene Kirschtomaten.

Ein himmlischer Genuss ...!



Nadine Mathis und die Neue Fricktaler Zeitung wünsche en Guete.



gebrüdermüller

Metzgerei & Partyservice



Gönn dir Freiland!

Qualität aus der Region



Zürcherstrasse 31 | 4332 Stein | Tel. 062 873 00 13
Hauptstrasse 66 | 5027 Herznach | Tel. 062 867 94 94
www.muellerwurst.ch | Jeweils freitags am Buremärt in Sissach

Senden Sie uns Ihr bestes Rezept

Sie kochen gerne mit frischen Zutaten und möchten Ihr Lieblingsrezept mit anderen Menschen teilen? Dann sind Sie bei uns richtig. Schicken Sie uns Ihr Rezept mit einem Bild an redaktion@nfz.ch

NEUE FRICKTALER ZEITUNG

**FRICKTALER
MEDIEN AG**