

Rinder-Kotelett mit Pilzen

Für 4 Portionen:

Für das Fleisch:

1,6 kg Rinderkoteletts, 4 cm dick	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
2 TL Zitronensaft	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Pilzragout:

400 g gemischte Pilze	1/2 Knoblauchzehe	1/2 Zweig Rosmarin
50 ml Olivenöl	2 1/2 Bio-Orangen	Salz, Pfeffer

Fleisch vorbereiten:

Rosmarin und Thymian waschen, von den Zweigen zupfen.

Mit Zitronensaft und Olivenöl mischen. Fleisch in einem Gefrierbeutel mit der Marinade vermengen, ein bis zwei Stunden bei Raumtemperatur einwirken lassen.

Grillen. Koteletts nach dem Marinieren salzen. Erst indirekt, dann direkt grillen die Methode funktioniert mit einem Gasgrill oder Holzkohle-Kugelgrill. Den Grill für das indirekte Grillen auf 120 Grad Celsius bringen. Koteletts zunächst nicht direkt über den Gasbrenner oder die Glut legen, sondern an den Rand, und so bei geschlossenem Deckel etwa 30 Minuten grillen. Messen Sie die Temperatur im Fleischkern. Bei 45 Grad auf direktes Grillen umsteigen: Grilltemperatur auf bis zu 250 Grad, das Fleisch direkt über Brenner oder Glut legen. Jede Seite zwei bis vier Minuten grillen.

Servieren:

Das Fleisch am Knochen entlang herausschneiden. Anschließend salzen und pfeffern.

Pilzragout herstellen:

Die Pilze putzen, harte Stiele abschneiden.

Knoblauch schälen, in Scheiben schneiden. Nadeln vom Rosmarin zupfen. Olivenöl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen, darin Knoblauch, Rosmarin und Pilze bei starker Hitze in 4 bis 5 Minuten goldbraun braten. Pilze beiseite stellen. Von den Orangen etwas Schale abreiben, Orangen auspressen. Pilze mit dem Schalenabrieb bestreuen, mit Saft beträufeln. Das Ragout dann mit Salz und Pfeffer würzen und zum Fleisch servieren.

test April 2023