

Schweine-Filets gegrillt Barbecue-Style

Für 4 Personen:

| | | |
|------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 2 Schweinefilets | 1 Gewürznelke, zerstoßen | 1 El geräuch. Paprikapulver |
| 1 Tl Fenchelsamen, zerstoßen | 1/2 Tl Kreuzkümmel | 3 Knoblauchzehen, gepresst |
| 1 Zitrone, Abrieb, Saft | 5 El Balsamico-Essig | 150 ml Ketchup |
| 1 El Thymianblättchen | | |

Aus den Zutaten eine Marinade verrühren.

Die Hälfte zur Seite stellen.

Die Lenden säubern, von Sehnen befreien und in einen großen Gefrierbeutel legen.

Die Marinade hineingeben, verschließen und gut durchkneten. Ab damit in den Kühlschrank.

Das Fleisch eine gute halbe Stunde vor dem Grillen aus dem Kühlschrank nehmen.

Auf dem heißen Grill 15-20 Minuten garen. Beim Wenden mit der Marinade bestreichen.

Bei 64° Grad Kerntemperatur ist die Schweinelende noch zart rosa.

Fleisch vom Grill nehmen und auf einer Platte mit Alufolie 5 Minuten ruhen lassen.

NN am 01. September 2023