



## GEGRILLTES RIB EYE TAGLIATA AUF KONFIERTEM KNOBLAUCHBROT

REZEPT FÜR 4 PERSONEN

### ZUBEREITUNG

Hohrückensteaks (Rib Eye Steaks) 1 Stunde vor Gebrauch aus der Kühlung nehmen. Knoblauch in hochofentem Öl (z.B. Rapsöl) langsam konfieren (bei ca. 140°C ca. 20-30 Minuten braun werden lassen, bis er weich wird). Herausnehmen und für später beiseitestellen.

Peperoncini entkernen und zusammen mit den getrockneten Tomaten in feine Streifen schneiden. Brotscheiben auf dem Grill oder in der Bratpfanne goldbraun rösten.

Hohrückensteak mit Olivenöl einreiben und salzen. Auf dem Grill oder in der Grillpfanne scharf anbraten. Aussen sollte eine Kruste entstehen, der Kern aber blutig bleiben (saignant). Fleisch herausnehmen und kurz ruhen lassen.

Zwischenzeitlich Rucola mit etwas Olivenöl und Salz marinieren und mit einem Sparschäler oder einem Käsehobel Parmesanspäne reiben.

Mit einem Messer die gerösteten Brotscheiben mit dem konfierten Knoblauch bestreichen. Fleisch tranchieren und auf den Brotscheiben verteilen. Mit Fleur de Sel würzen. Anschliessend mit dem marinierten Rucola und den Parmesanspänen garnieren. Mit geschnittener Peperoncini, getrockneten Tomatenstreifen und Frühlingszwiebelringen ausschmücken.

Sofort servieren und geniessen.

### EINKAUFLISTE:

- 4 PASSENDE BROTSCHNEIBEN (Z. B. CIABATTA)
- 2 HOHRÜCKENSTEAKS À 300 G
- 16 KNOBLAUCHZEHEN, GESCHÄLT
- ÖL ZUM FRITTIEREN
- 20 G PETERSILIE, GLATT, FEIN GEHACKT
- 1 SCHALOTTE, GESCHÄLT UND FEIN GEHACKT
- 3 GETROCKNETE TOMATENSPALTEN, FEIN GEHACKT
- ½ PEPERONCINI
- OLIVENÖL ZUM BRATEN
- PARMESAN ZUM HOBELN
- 60 G RUCOLA
- 1 FRÜHLINGSZWIEBEL, IN RINGE GESCHNITTEN
- FLEUR DE SEL
- MEERSALZ
- PFEFFER AUS DER MÜHLE

POWERED BY:



TÜTENHÜTER.ch



KOCHSTUDIO

