



PFEFFERSTEAKS AN KRÄUTERMARINADE

Zutaten für 4 Personen

4 Steaks vom Schweizer Rind, je ca. 220 g
2 EL schwarze Pfefferkörner
½ TL Salz

Kräutermarinade

2 EL Rosmarinnadeln, fein gehackt
2 TL frische Thymianblätter
6 EL glatte Petersilie, fein gehackt
1 frisches Lorbeerblatt, sehr fein gehackt
5 EL Olivenöl
5 EL Rotwein

Alle Zutaten der Marinade verrühren und die Entrecôtes in der Hälfte davon einlegen. Zugedeckt im Kühlschrank über Nacht – mindestens sechs Stunden – ziehen lassen. Eine Stunde vor dem Grillieren aus dem Kühlschrank holen. Die Pfefferkörner im Mörser oder mit einem Pfannenboden grob zerdrücken. Die Steaks aus der Marinade nehmen und diese abstreifen. Mit Pfeffer und Salz würzen.

Die Steaks bei starker Hitze 1 bis 2 Minuten beidseitig anbraten. Hitze reduzieren oder das Fleisch an den Rostrand schieben und 4 bis 5 Minuten fertig grillieren (die Gesamtgrillierzeit beträgt 5 bis 8 Minuten). Restliche Kräutermarinade kurz aufkochen, mit Salz würzen und vor dem Servieren übers Fleisch träufeln.