



Im ganzen gegrillten Roastbeef

Zutaten:

1 kg Roastbeef

Meersalz

Olivenöl

Zunächst wird das Roastbeef pariert, um die Silberhaut zu entfernen.

Dann wird das Fleisch mit etwas Olivenöl eingerieben und mit etwas Meersalz gewürzt.

Anschließend wird es auf dem Grill für etwa 2-3 Minuten je Seite bei hoher Hitze (200-250 Grad C) beidseitig scharf angegrillt, um ein paar Röstaromen zu erzeugen.

Anschließend wird das Roastbeef bei 110 Grad Celsius etwa 1 ½ Stunden indirekt gegrillt, bis eine Kerntemperatur von 52 Grad erreicht ist.

Wenn das Roastbeef die gewünschte Kerntemperatur erreicht hat, wird es vom Grill genommen und noch 3-4 Minuten ruhen lassen, bevor es angeschnitten wird.

Dadurch entspannt sich das Fleisch ein wenig, die Fleischsäfte verdicken und es tritt beim Anschneiden weniger Fleischsaft aus.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82