Rezept

Filetsteaks auf Kobe-Art

Ein Rezept von Filetsteaks auf Kobe-Art, am 28.04.2024

Zutaten

- **4** dicke Filetsteaks vom Rind (à 180 g)
- **15 g** frischer Ingwer
- **2 EL** Erdnussöl (+ Öl für den Rost)
- Salz
- **1 EL** Zitronensaft
- Untersetzer
- **2** Knoblauchzehen
- ca. 75 ml japanische Sojasauce
- **1** weißer Rettich
- **2 TL** Wasabipulver (japanischer Meerrettich, Asienregal)
- Eisenpfanne mit hitzefestem Stiel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 425 kcal

Zubereitung

1. Die Steaks trockentupfen. Knoblauch und Ingwer schälen, durch eine stabile Knoblauchpresse drücken, mit 2 EL Sojasauce und 2 EL Erdnussöl verrühren. Die Steaks kräftig damit einreiben, abgedeckt mindestens 3 Std. im Kühlschrank marinieren.

2. Den Holzkohlengrill anheizen. Den Rettich schälen und ganz fein reiben, mit Salz würzen, in Schüsselchen verteilen. Das Wasabipulver mit Zitronensaft und etwas Wasser zu einer cremigen Paste anrühren, ebenfalls in kleine Schälchen verteilen. Die Steaks trockentupfen.

3. Den Grillrost sehr heiß werden lassen, ölen und die Steaks 1-2 Min. pro Seite grillen. Den Grillrost höher einhängen, direkt in der Glut die Pfanne sehr heiß werden lassen. Steaks in Scheiben schneiden, wieder zusammensetzen und in der heißen Pfanne servieren. Dips und restliche Sojasauce dazureichen.