

Rezept

Dunkles Fleischfondue

Ein Rezept von Dunkles Fleischfondue, am 05.08.2024

Zutaten

400 g Straußensteak (frisch oder aufgetaute TK-Ware)	ca. 400 g Lammfilet oder Lammlachs
Fett/Öl zum Frittieren	ca. 200 g Rindfleisch (Roastbeef)
2 Knoblauchzehen	1 EL schwarze Pfefferkörner
3 EL Olivenöl	1 TL Salz
½ TL Sambal oelek	1 EL fein abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
½ TL gemahlener Rosmarin	1 TL getrockneter Thymian

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 505 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch mundgerecht würfeln. Für die Marinade die Pfefferkörner im Mörser grob zerstoßen. Knoblauch schälen, grob klein schneiden und mit dem Salz fein zerdrücken. Mit Olivenöl, Pfeffer, Zitronenschale, Sambal oelek, Thymian und Rosmarin verrühren.
2. Das Fleisch mit der Marinade vermengen und abgedeckt mindestens 3 Std. kalt stellen.
3. Fett oder Öl in den Fonduetopf geben, auf dem Herd auf ca. 170° erhitzen. Fleisch mit Küchenpapier trockentupfen und anrichten.