Rezept

Filetsteaks vom Grill

Ein Rezept von Filetsteaks vom Grill, am 21.05.2025

Zutaten

- **2 TL** Pfefferkörner
- Saft von 1/2 Bio-Limette
- **2 TL** körniger Senf
- **4** Rinderfiletsteaks (je 200 g, 3 cm dick)
- je 2 TL getrockneter Rosmarin, Thymian und Oregano
- **2 EL** flüssiger Honig
- **3 EL** Olivenöl
- Fleur de Sel (ersatzweise normales Meersalz)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 330 kcal

Zubereitung

1. Die Pfefferkörner im Mörser grob zerstoßen und mit getrockneten Kräutern, Limettensaft, Honig, Senf und Öl verrühren. Steaks damit einstreichen und abgedeckt im Kühlschrank mindestens 6 Std. marinieren.

2. Dann die Steaks aus dem Kühlschrank holen und Raumtemperatur annehmen lassen. Inzwischen den Holzkohlengrill anheizen.

3. Die Filetsteaks mit Fleur de Sel (oder Meersalz) bestreuen, auf den Grillrost legen und über der nicht zu heißen Glut (ca. 10 cm Abstand) pro Seite in 5-6 Min. »medium rare« (rosa mit blutigem Kern) grillen.