

Rezept

Gegrillte Rindersteaks mit Salsa verde

Ein Rezept von Gegrillte Rindersteaks mit Salsa verde, am 09.03.2026

Zutaten

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------|
| 4 Rindersteaks (à ca. 200 g) | 5 EL Olivenöl |
| (grobes) Meersalz | Pfeffer |
| 1 Bund glatte Petersilie | 1 EL Zitronensaft |
| 1 TL Agavendicksaft | 2 EL Kapern |

Zubehör

- | | |
|-------------------------|-------------------------------|
| 1 Grill | 1 Grillzange |
| Alufolie | 1 großes Schneidebrett |
| 1 Schneidemesser | 1 kleine Schüssel |
| 1 Gabel | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 385 kcal, 22 g F, 45 g EW, 3 g KH

Zubereitung

1. Den Grill anheizen. Die Rindersteaks gründlich mit 2 EL Olivenöl einreiben, salzen und pfeffern.
2. Die Steaks auf den Rost legen und je nach Dicke in 3-4 Min. pro Seite medium grillen. Dann vom Grill nehmen, in Alufolie wickeln, 2-3 Min. ruhen lassen.
3. In der Zwischenzeit die Petersilie abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und hacken. Mit Zitronensaft, Agavendicksaft und dem übrigen Olivenöl (3 EL) in der Schüssel verrühren. Die Kapern dazugeben, mit der Gabel leicht zer-drücken und unterrühren. Die Salsa verde mit Meersalz und Pfeffer würzen.
4. Die Steaks nach Belieben vor dem Servieren noch in Scheiben schneiden. Mit der Salsa verde auf den Tisch stellen. Perfekt dazu: Baguette, Tomatensalat.