

Rezept

Rib-Eye-Steak im Brötchen

Ein Rezept von Rib-Eye-Steak im Brötchen, am 01.10.2023

Zutaten

- | | |
|---|----------------------------------|
| 1 Ribeye-Steak (Entreote; 250 g; zimmerwarm) | 4 Salatblätter (z. B. Kopfsalat) |
| 1 mittelgroße Zwiebel | 1 1/2 EL Sonnenblumenöl |
| 2 Burger-Brötchen (Burgerbuns; Mohn oder Sesam) | 2 TL Dijon-Senf |
| | feines Meersalz |
| Pfeffer aus der Mühle | 4 EL geriebener Bergkäse |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 655 kcal, 43 g F, 34 g EW, 32 g KH

Zubereitung

1. Das Fleisch mindestens 1 Stunde vor der Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. Die Salatblätter waschen und trocken schütteln. Die Zwiebel schälen und in nicht zu dünne Ringe schneiden. Den Grill auf ca. 220° vorheizen.
2. Die Zwiebel in 1 EL Öl auf der Grillplatte (alternativ in einer hitzefesten Pfanne) mittelbraun anbraten und warm stellen. Bei Verwendung einer Pfanne den Deckel auflegen und die Pfanne vom Grill nehmen.
3. Das Steak auf beiden Seiten dünn mit dem restlichen Öl (1/2 EL) bestreichen und bei geschlossenem Deckel auf dem Rost über direkter Hitze bis zum gewünschten Gargrad grillen, für »medium rare« dauert dies 6-7 Min., dabei nur einmal wenden. Das Fleisch bei indirekter Hitze kurz nachziehen lassen.
4. Die Brötchen aufschneiden und mit den Schnittflächen nach unten auf dem Grill ca. 2 Min. rösten, sodass Grillstreifen entstehen. Den Grill ausschalten. Die unteren Hälften mit je 2 Salatblättern belegen, die oberen Hälften mit je 1 TL Senf bestreichen.
5. Das Fleisch salzen, pfeffern und mit dem Käse bestreuen. Den Deckel des Grills schließen und das Fleisch 1 Min. ziehen lassen. Dann herausnehmen, in Streifen schneiden, auf die unteren Brötchenhälften verteilen und mit Zwiebel toppen. Die oberen Brötchenhälften darauflegen.