

Rezept

Tomahawk mit Grilltomaten

Ein Rezept von Tomahawk mit Grilltomaten, am 25.04.2024

Zutaten

- | | |
|---|----------------------------------|
| 1 Tomahawk-Steak (800 g; zimmerwarm) | 4 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer |
| 2 Knoblauchzehen | 1 TL getrockneter Oregano |
| 4 Fleischtomaten | |

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 1025 kcal, 81 g F, 57 g EW, 13 g KH

Zubereitung

1. Das Tomahawk-Steak mindestens 30 Min. vor der Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. Den Grill auf 220° vorheizen. Das Fleisch trocken tupfen und rundherum mit 2 EL Olivenöl bepinseln.
2. Das Fleisch auf dem Rost bei direkter Hitze 2 Min. grillen. Dann um 90° drehen und weitere 2 Min. grillen. Das Steak wenden und wieder 2 Min. grillen, um 90° drehen und in weiteren 2 Min. fertig garen. Das Fleisch anschließend auf einer Ruhezone auf dem Grill ziehen lassen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Mit dem restlichen Olivenöl (2 EL), Oregano, Salz und Pfeffer verrühren.
4. Die Tomaten waschen und jeweils halbieren. Die Tomatenhälften auf den Schnittflächen mit der Knoblauch-Öl-Mischung bepinseln und mit den Schnittflächen nach unten ca. 3 Min. grillen.
5. Das Fleisch vom Knochen lösen, in dünne Scheiben schneiden und mit den Tomaten servieren.