



Onglet de Boeuf "Nierenzapfen" mit südtalienischer Salsa

FORUM-C LINAIRE
Gerhard Volk KOCHSCHULE
GRILLSCHULE

FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN FLEISCH

800 g Onglet de Boef
10 g Rapsöl

ZUTATEN SALSA

5 g Sardellenfilet
20 g entsteinte Oliven, grün
3 g Knoblauchzehen, geschält
30 g glatte Petersilienblätter
5 g frische Pfefferminzblätter
10 g Kapern
13 g Orangensaft
10 g Aceto Balsamico Bianco
60 g Lakudia Olivenöl
etwas Salz, Pfeffer und Cayenne
zum Würzen

VORBEREITUNG FLEISCH:

1. Beim Onglet die Sehne herausschneiden oder vom Metzger fachgerecht vorbereiten lassen.
2. Den küchenfertigen Nierenzapfen mit einem Schmetterlingsschnitt zuschneiden und mit Rapsöl einpinseln.

VORBEREITUNG SALSA:

1. Alle Zutaten im Mörser zu einer Paste verarbeiten, da dies im Mörser am besten gelingt. Wenn es schnell gehen soll, kannst du auch einen Mixer verwenden.

AM GRILL:

1. Grill für direktes Grillen bei 260-290 °C vorbereiten.
2. Das Fleisch auf den Rost legen und ca. 2-3 Minuten bei geschlossenem Deckel grillen.
3. Den Vorgang wiederholen, dann den Grill auf 120 °C indirekte Hitze einstellen und das Fleisch so lange grillen, bis eine Kerntemperatur von 56-58 °C erreicht ist.
4. Das Fleisch vom Grill nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der passenden Sauce servieren.