

Gegrilde biefstuk

Vleesbereidingen

Aantal personen: 1

Ingrediënten; 20 ml Arachideolie * Peper, grof gemalen 1 biefstuk van 125 gram * Zout 25 gram Kruidenboter	Materialen; Grill Vleesvork snijplank trancheermes
Werkwijze; 1. Marineer het vlees ruim van te voren in de olie en de tijd. 2. Verwarm de grill op de hoogste stand. 3. Haal de biefstuk uit de marinade. – Verwijder de overtollige marinade. 4. Strooi wat peper uit de molen over de biefstuk. – Gril de biefstuk op de gewenste gaarheid. 5. Zout het vlees na het grillen. – Serveer de biefstuk met de kruidenboter.	Aanvullingen; Leg de biefstuk dwars op de ribbels van de grill zodat een mooi streepjes patroon ontstaat.

Bron: