

RIB EYE STEAK

MIT GERÖSTETEM CHINAKOHL VOM GRILL

ZUTATEN

4 Rib Eye Steaks

Pflanzenöl

1 Chinakohl,
in schmale Streifen geschnitten

1 rote Paprika,

in schmale Streifen geschnitten

1 Chilischote, in feine Ringe geschnitten

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Die Steaks über direkter, hoher Hitze scharf auf beiden Seiten angrillen und im indirekten Bereich des Grills medium scharf nachziehen, dazu die Temperatur reduzieren.

Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das geschnittene Gemüse darin scharf anbraten. 5 Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Steaks vor dem Servieren ein paar Minuten ruhen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Chinakohl anrichten.

Tipp: Chinakohl eignet sich besonders gut, da er eine kurze Garzeit hat, sehr bekömmlich und jederzeit gut erhältlich ist, eine meiner bevorzugten Beilagen am Grill.

