



Gegrillte Strau ensteaks in Kr utermarinade

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Marinieren / Einlegen: 3 Stunde(n)

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten f ur 4 Portionen

4 Strau ensteaks

1 Flasche Bier

F ur die Marinade

4 EL Olivenöl

2 EL Zitronensaft

4 Zehen(n) Knoblauch

2 Zweig(e) Rosmarin

4 Zweig(e) Thymian

1 Prise Pfeffer

Vorbereitung

Den Knoblauch schälen und fein hacken, die Kräuter waschen, abtropfen und ebenfalls fein hacken. Öl, Kräuter, Knoblauch, Zitronensaft mit frisch gemahlenem Pfeffer mischen. Das Fleisch in eine flache Form geben und mit der Marinade einreiben. Zugedeckt im Kühlschrank mindestens 3 Stunden ziehen lassen.

Zubereitung

Das Fleisch aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen, einen Grill vorbereiten. Bei starker Hitze auf jeder Seite ca. eine Minute angaren, dann bei mittlerer Hitze 3 bis 5 Minuten fertig garen. W ahrend des Grillens mit Bier  bergie en.