

# TAPAS – ZITRONEN-RINDFLEISCH

## TAPAS – ZITRONEN-RINDFLEISCH

Was mir beim Tapas kochen wichtig ist, ist dass ich möglichst viele Leckerchen haben möchte die sich nicht zu ähnlich sind. Aus diesem Grund ist das Rind hier in einer wunderbaren Zitronenmarinade gelandet. Beim Steak lohnt es sich auf jeden Fall nicht das günstigste Stück Fleisch zu nehmen, ein Rumpsteak passt ganz wunderbar für dieses Zitronen-Rindfleisch!

Was hatte ich diesmal sonst so auf dem Tisch? Diesmal gab es das hier beschriebene zitronige Rindfleisch, pikante, gebratene Salami mit Knoblauch, Muscheln in Knoblauch-Tomatensauce, Thymianhackbällchen in Tomatensauce, italienische Tomaten mit Basilikum-Frischkäse-Füllung, gefüllte Datteln im Parmaschinkenmantel, verschiedenste Oliven und Seranoschinken. Dazu ein Tomate-Basilikum-Baguette.



### ZUTATEN:

120g Rindersteak (z.B. Rumpsteak)

1/2 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Saft von 1 Zitrone

Zitronenschalenabrieb (1 Zitrone)

5 EL Olivenöl

Pfeffer & Salz

1 Prise getrocknete, grob gemahlene Chilis

2-3 Zweige Thymian oder etwas Rosmarin

#### ZUBEREITUNG:

Das Olivenöl in ein Schälchen geben. Die Schale von der Zitrone dazu reiben, dann die Zitrone halbieren und den Saft vollständig auspressen und zum Öl geben.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Das Steak in große, saftige Würfel schneiden (ca. 2-3cm Ø) und zusammen mit den Zwiebel- und Knoblauchwürfeln in die Marinade geben. Mit Pfeffer und Salz würzen. Den Thymian oder Rosmarin von den Stängeln streifen, fein hacken und untermengen.



Das Ganze darf jetzt marinieren während ich mich um die anderen Tapas kümmer. Wenn ein Ende in Sicht ist erhitze ich eine Pfanne auf höchster Stufe (ohne Öl) und gebe das Zitronen-Rindfleisch



samt Marinade und einer guten Prise Chiliflocken in die Pfanne. Von allen Seiten scharf anbraten, dann die Hitze reduzieren und noch 3 Minuten auf unterer-mittlerer Hitze (Stufe 4 von 9) garen lassen.



Im Schälchen anrichten - fertig!







©katha-kocht.de