



Côte à l'os



Bereidingstijd

> 1h



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

- 1 côte à l'os (van ± 600 g)
- arachideolie
- 3 takjes rozemarijn
- 4 teentjes knoflook (geplet)
- 1 eetlepel zwarte peperbolletjes (geplet in een vijzel)
- 1 eetlepel grof zeezout

Bereidingswijze

- 1.** Haal het vlees uit de koelkast en dep het goed droog met keukenpapier. Bestrijk alle kanten lichtjes met arachideolie.
- 2.** Snij de rozemarijn fijn. Wrijf de steak goed in met rozemarijn en knoflook. Dek af en laat een uurtje staan op kamertemperatuur. Verwijder de rozemarijn en knoflook. Wrijf het vlees in met peper en zout.
- 3.** Zorg dat de barbecue goed heet is en gril aan beide zijden meteen dicht. Laat nu op de koude zone een half uur heel zachtjes verder garen. Check met een kernthermometer of de gewenste kerntemperatuur is bereikt. Laat het vlees het liefst 10 minuten rusten onder aluminiumfolie voordat je het aansnijdt, anders lopen alle sappen uit het vlees.
- 4.** Snij in mooie dunne plakjes en verwijder het bot.
- 5.** Schik op een schaal en serveer.