

T-bonesteak

Bereidingstijd
> 1h

Moeilijkheidsgraad
Gemiddeld

Ingrediënten

1 T-bonesteak
3 takjes verse rozemarijn
2 blaadjes laurier
1 bol knoflook (doormidden gesneden)
1 eetlepel peperbolletjes (gemengde, grof gemalen of gekneusd in een vijzel)
2 eetlepels olijfolie
1⁄2 eetlepel grof zeezout

Bereidingswijze

1. **Leg de T-bonesteak in een kom of in een plastic zak. Voeg de rozemarijn, de laurier, de knoflook, de gemengde peperbolletjes en de olijfolie toe. Laat in de koelkast marineren gedurende minimaal 2 en maximaal 6 uur.**

2. **Haal de T-bone een half uur voor je gaat grillen uit de koelkast en laat op kamertemperatuur komen. Verwijder de kruiden. Bestrooi met het zeezout en leg op de hete kant van het rooster. Laat 3 à 4 minuten kleuren en draai om. Laat opnieuw 3 minuten kleuren en leg de steak aan de koele kant. Afhankelijk van je voorkeur laat je de steak nog 2, 4 of 5 minuten per kant garen. Hoe korter, hoe roder het vlees.**

3. **Laat de steak na het grillen nog 10 minuten lichtjes afgedekt op een houten plank rusten, zo blijft het vlees sappig als je het aansnijdt. Verdeel met een scherp mes in dunne plakjes en schik deze mooi op een schaal.**