

WÜRZIGE RINDFLEISCH-GEMÜSE-SPIESSE



Würzige Marinade mit Chili, Ingwer und frischen Kräutern für Rinderfilet oder Rinderspieße.



Zubereitungszeit

30 Minuten



Kochzeit

4-9 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 5

ZUBEREITUNG

Für die Rinderspieße das Entrecote in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Ingwer, Chili und Knoblauchzehen hacken. Mit Olivenöl, Pfeffer, Salz, Curry vermischen. Rosmarin und Oregano ebenfalls hacken und dazu geben, alles gemeinsam mit dem Fleisch vermengen und das Fleisch im Kühlschrank ca. 1-4 Stunden, gerne auch über Nacht ziehen lassen.

Die Spieße vorbereiten und hierbei nach Belieben Fleisch und Gemüse nicht zu dicht aufspießen. Ich habe im Wechsel Rindfleisch und Zwiebeln aufgespießt und zum Abschluss eine Cocktail-Tomate aufgespießt.

Die Spieße auf dem Grill oder in einer Pfanne bis zum gewünschten Grad garen.

Dazu passen verschiedene Salate, selbst gemachtes Baguette, Fladenbrot oder auch Faltenbrot.

Viel Spaß beim Grillen! Eure Sally <3

MARINADE:

- 1** Ingwer (frisch)
- 2** Chilischoten, kleine rote
- 4** Knoblauchzehen
- 8 EL** Olivenöl
- 1 TL** Pfeffer
- ½ TL** Salz
- 2** Rosmarin
- 2** Zweige Oregano

NACH BELIEBEN:

- Cocktailtomaten
- Zwiebel (geviertelt)
- Paprika
- etc.