Sommerliches Zitronenflankstak

Zutaten:

- 800 g Flanksteak

Marinade:

- 1 Bio Zitrone
- 6 Knoblauchzehen
- 1/2 Cup frischer Rosmarin
- 1/4 Cup Zitronensaft
- 1/3 Cup Olivenöl
- 1 TL schwarzer Pfeffer
- 1/2 TL roter Pfeffer
- 1/2 TL Salz

Dressing:

- 3 EL Zitronensaft
- 1/3 Cup Olivenöl
- 2 TL Zitronenschalenabrieb
- 1 TL gehackter Rosmarin
- 1/2 TL roter Pfeffer
- Salz

Zubereitung:

1. Als erstes schäle ich den Knoblauch und stelle dann die Marinade her. Dafür gebe ich alle Zutaten der Marinade in einen Mixer und lass diesen etwa 2-3 Minuten laufen.
2. Dann pariere ich das Flanksteak, d.h. alles überschüssige Fett und Sehnen werden entfernt. Außerdem schneide ich das Steak auf einer Seite rautenförmig ein, damit die Marinade besser einziehen kann und das Steak sich auf dem Grill nicht verformt.
3. Wenn ich das getan habe, gebe ich das Fleisch in eine Schüssel und knete die Marinade einige Minuten von allen Seiten ins Fleisch. Nun kann es etwa 4 Stunden im Kühlschrank marinieren.

4. Jetzt wird der Grill gestartet. Ich benötige heute sehr hohe Hitze und außerdem einen indirekten und einen direkten Grillbereich. Also glühe ich einen ganzen Anzündkamin mit Briketts vor und gebe diese dann in die linke Hälfte meines Grills.
5. Wenn dann Grillrost und Gußrost vorgeheizt sind, wird das Flanksteak etwa 2-3 Minuten von beiden Seiten auf dem Gußrost angeröstet und wandert dann in den indirekten Bereich.
6. Dort streiche ich es alle paar Minuten mit dem Dressing in regelmäßigen Abständen ein. Für das Dressing mische ich einfach alle dafür vorgesehenen Zutaten in einer Schüssel und streiche das Fleisch mit einem Rosmarinzweig ein.
7. So grille ich das Steak bis zu einer Kerntemperatur von 58°C, was in etwa medium entspricht. Das kann abhängig von Fleisch, Grilltemperatur, etc. unterschiedlich lange dauern. Bei mir sind es ca. 20 Minuten.
8. Bei einer Kerntemperatur von 58°C ist mein Steak nun fertig und ich kann es nach einer kurzen Ruhephase anschneiden und genießen.
9. Als Beilage gibt es selbstgemachte Pommes mit dem BBQUE Pommesgewürz.