Surf and Turf

Zutaten:

- 1 Flanksteak
- 1 kg Garnelen
- 100 ml Weißwein
- 1 Zitrone (Saft davon)
- 7 EL Olivenöl
- 1/2 Topf Basilikum
- 2 Chilischoten
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knolle Knoblauch
- 400 g Kirschtomaten
- 300 g Feldsalat
- Himbeeressig
- Zitronensaft
- 1 Mango
- 2 Pack Mozzarella
- nach belieben braunen Zucker
- gem. Salatkerne

Zubereitung:

Hallo Freunde, lange hat es gedauert, aber endlich zieht der absolute Steakklassiker Surf and Turf auch in meine Rezeptliste ein. Und dann auch noch mit einer einfachen, aber wahnsinnig leckeren Version davon.

Anfangen werde ich wie immer erst mal mit dem schneiden der Zutaten. Dann haben wir das nämlich schon mal weg. Ich habe mich beim Mozzarella für die kleinen Minikügelchen entschieden. Diese werden nur halbiert. Solltet ihr die großen Mozzarellastücke haben, so schneidet diesen in ungefähr 2 cm große Würfel. Die Garnelenschwänze werden nur geschält, der Darm ist bei unseren schon entfernt. Die Kirschtomaten werden geviertelt, die Frühlingszwiebeln schneide ich schräg in 5 mm lange Ringe, die Chilis hacke ich samt Kerngehäuse fein, die ganze Knolle Knoblauch wird geschält und in dünne Scheiben geschnitten, die Mango schneide ich in Würfel und der Basilikum wird einfach

vom Stiel gezupft und klein gerissen. Schon haben wir alles vorbereitet.

Jetzt ist es an der Zeit, den Grill vorzubereiten. Wir nutzen einmal mehr unseren Keramikgrill. Natürlich könnt ihr dieses wunderbare Gericht auch im Gasgrill oder im Kugelgrill zubereiten. Sogar im Oberhitzegrill sollte es gehen. Der Grill wird mit einer 2-Zonen-Glut eingerichtet. Das heißt, ich gebe einen halben Deflektorstein in meinen Keramikgrill. Bei z.B. einem 4-flamigen Gasgrill macht ihr die beiden linken Brenner an und lasst die rechten aus. Im Kugelgrill legt ihr die Kohle einfach nach links und unter der rechten Rostseite ist keine Kohle, somit also der indirekte Bereich. Nun heizt ihr den Grill auf etwa 230 – 250°C. Sobald diese konstant stehen, geht es dann endlich weiter.

Während der Grill hochheizt, bereite ich den Salat fertig zu. Dafür gebe ich den Feldsalat, den Mozzarella, ein wenig Chili und die Mangos in eine Schüssel. Dann würze ich alles mit Salz und Pfeffer, braunem Zucker, einem spritzerchen Zitronensaft, die Salatkernmischung, Essig und Öl, mische das ordentlich durch und schon ist auch der Salat fertig und darf noch etwas ziehen.

Wenn der Grill dann seine Garraumtemperatur erreicht hat, grille ich das Flanksteak ungewürzt, aber auf Zimmertemperatur erwärmt beidseitig über direkter Hitze scharf an. Ich grille ein so schönes Stück immer nach der sog. 90-90-90-90 Methode. Das bedeutet, 90 Sekunden grillen, dann auf der gleichen Seite etwas drehen damit die schönen Grillmuster entstehen und weitere 90 Sekunden grillen lassen. Nach Ablauf der zweiten 90 Sekunden drehe ich das Steak dann um und mache die 2. Seite auf die gleiche Weise. Während dieser Zeit gebe ich schon mal eine Gußplatte (natürlich geht auch eine grillfeste Pfanne) in den indirekten Bereich, damit diese schon mal heiß werden kann. Dann kommt das Steak in den indirekten Bereich, wird mit einem Kerntemperaturfühler ausgestattet und darf dort gemütlich auf 55°C Kerntemperatur ziehen.

Sobald über der direkten Hitze wieder Platz ist, stelle ich die Gußplatte darüber und erhitze darauf etwas Olivenöl. Ist dieses dann heiß, dünste ich den Knoblauch und die Frühlingszwiebeln darauf an. Nach ein paar Minuten gebe ich dann auch die Garnelen, die Chilis und Tomaten dazu. Jetzt bekommen die Garnelen eine wunderschöne rosa Farbe und der Knoblauch kann seine ganze Pracht entfalten. Jetzt wird alles nur noch mit Salz und Pfeffer gewürzt, mit einem Schuß Weißwein und einem Spritzer Zitronensaft abgelöscht und sobald die Garnelen fertig sind, können wir auch schon anrichten.

Hat das Steak seine 55°C Kerntemperatur erreicht, lasse ich es noch einige Minuten ruhen. Dann würze ich alles mit leckerem Steakpfeffer. Aber nur Salz und Pfeffer tun es bei so einem guten Stück auch. Jetzt schneide ich einige Tranchen vom Flanksteak, richte es mit der Garnelenpfanne und dem Salat an und schon wird wieder geschlemmt. Ein kleiner Traum aus Steak und Meer! Und total einfach. Viel Spaß beim nachgrillen und genießen,

euer Andy

[amd-yrecipe-recipe:64]