

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

WAGYU-ENTRECÔTES

in scharfer Marinade mit Avocadocrème



Dirk Luther



LEICHT



ZUBEREITUNGSZEIT ca. 60 MIN



4 PORTIONEN

Wagyu-Entrecôtes

in scharfer Marinade mit Avocadocrème



Wagyu-Entrecôtes



ZUTATEN

FLEISCH

4 Prime cut Wagyu-Entrecôtes à 200 g

MARINADE

4 große Chilischoten

2 TL Meersalz

2 Knoblauchzehen, geschält und zerdrückt

5 cm frischer Ingwer, geschält und grob gehackt

2 TL gemahlener Koriander

1/2 TL gemahlener Zimt

1 TL Paprikapulver

100 ml Weißweinessig

2 TL gehackter Oregano

50 ml Olivenöl

AVOCADOCRÈME

2 reife Avocados

70 g Pinienkerne

70 g Parmesan, gerieben

50 g Basilikum

frisch gepresster Saft von einer Zitrone

Salz und Pfeffer aus der Mühle



MARINADE Für die Marinade die gehackten Chilischoten mit dem Salz in einem Mörser oder in der Küchenmaschine pürieren. Knoblauch, Ingwer und alle Gewürze bis auf den Oregano hinzufügen und zu einer Paste zerreiben. Essig, Olivenöl und Oregano dazugeben. Die Steaks in die Marinade geben und bei Zimmertemperatur 30 Minuten ziehen lassen.

AVOCADOCRÈME Für die Crème das Avocado-Fruchtfleisch zusammen mit den Pinienkernen, dem Parmesan und dem Basilikum in der Küchenmaschine glatt pürieren, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

FLEISCH Die Steaks bei starker Hitze bei geschlossenem Deckel grillen. Die Garzeit beträgt ca. 8 bis 10 Minuten (Kerntemperatur 52 °C), ein- bis zweimal wenden. Wenn sich Flammen bilden, die Steaks vorübergehend über indirekte Hitze legen.

Rinderleberspieße

mit Grapefruit-Joghurt-Sauce

ZUTATEN

FLEISCH

800 g Rinderleber

Salz und Pfeffer aus der Mühle

4 Schaschlikspieße aus Holz, in Wasser eingelegt

JOGHURT-SAUCE

200 g Sahnejoghurt

2 Grapefruits

Salz und Pfeffer aus der Mühle

MARINADE

1 EL frisch gehackter Rosmarin

2 EL fein gehackter Salbei

150 ml Olivenöl

3 EL heller Balsamicoessig

2 EL gemörserte rote Pfefferkörner

Rinderleber



ZUBEREITUNG Die Leber putzen und in drei Zentimeter breite Streifen schneiden. Für die Marinade alle Zutaten miteinander vermischen, die Leberstreifen einlegen und 60 Minuten im Kühlschrank marinieren, anschließend auf die Spieße stecken.

Die Schale von der Grapefruit abschneiden. Fruchtfleisch zwischen den Trennhäuten vorsichtig herausschneiden, den Saft auffangen. Grapefruitsaft sowie -filets zum Joghurt geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Grill für direkte Hitze vorbereiten. Die Leberspieße unter regelmäßigen Wenden bei mittlerer Hitze ca. 6 Minuten grillen.



LEICHT



ZUBEREITUNGSZEIT ca. 80 MIN.



4 PORTIONEN

