

Entrecôte mit Chimichurri



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 25 min

 Aktivzeit: 25 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

Zutaten

- 4** Entrecôte vom Schweizer Rind à ca. 180 g
- 2 Bund** glatter Peterli
- 0.5 Bund** Thymian
- 0.5 Bund** Oregano
- 1** Knoblauchzehe
- 0.5 TL** grobes Meersalz
- 1** kleine rote Chilischote
- 1** Schalotte
- 2 dl** Olivenöl
- 1.5 dl** Rotweinessig
schwarzer Pfeffer
- 1 EL** HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 769** kcal
- 58 g** Eiweiss
- 2 g** Kohlenhydrate
- 59 g** Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Tipp

Limettensaft und abgeriebene Limettenschale anstatt Essig verwenden, dann wirds noch frischer.

Chimichurri passt auch bestens zu Flat Iron Steaks.

Zubereitung

- 1** Entrecôtes 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2** Peterli, Thymian und Oregano von den Stielen zupfen und grob hacken. Knoblauch schälen und ebenfalls grob hacken. Alles mit dem Salz in einen Mörser geben und fein zerreiben.
- 3** Chilischote längs halbieren, Kerne entfernen, Schalotte schälen. Chili und Schalotte fein hacken und mit dem Olivenöl, dem Rotweinessig und etwas Pfeffer mit der Kräutermischung verrühren.

4

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.



Der feine Unterschied.

Sonnenblumenöl oder Rapsöl in einer Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Entrecôtes darin von jeder Seite 3–4 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen, 3 Minuten ruhen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Chimichurri-Sauce servieren.

Dazu passen Ofenkartoffeln und Ratatouille.

**Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer
Fleisch auf schweizerfleisch.ch.**