



# Gegrillte Rindersteaks mit Chimichurrisauce

Zeit gesamt  
🕒 20min

Zubereitungszeit  
👉 10min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Rumpsteaks	600 g
Knoblauchzehen	2 St.
Zwiebeln, rot	1 St.
Petersilie, frisch	40 g
Zitronen	1 St.
Peperoni Mix	1 St.
Thymian, gerebelt	0.5 TL
Oregano, getrocknet	0.5 TL
Olivenöl	100 ml
Balsamicoessig, hell	2 EL
Salz	

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Alufolie, Monsieur Cuisine, Grill

1. Rumpsteak zum Temperieren aus dem Kühlschrank nehmen. Knoblauch und Zwiebel schälen. Petersilie waschen und trocken schütteln. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Peperoni waschen, halbieren und Kerne entfernen.
2. In den Mixbehälter Knoblauch, Zwiebel, Peperoni, und Petersilie geben und für 4 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben. Thymian, Oregano, 4 EL Zitronensaft, Olivenöl und Essig zugeben und 20 Sek./Stufe 4 verrühren. Anschließend in eine Schüssel umfüllen und beiseitestellen.
3. Grill anheizen, Rumpsteaks kräftig salzen und rundherum ca. 4–5 Min. medium grillen oder bis sie den gewünschten Garpunkt erreicht haben. Anschließend in Alufolie gewickelt ca. 5 Min. ruhen lassen. Gegrilltes Rumpsteaks nach Belieben aufschneiden, salzen und mit Chimichurrisauce servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	387 kcal
Kohlenhydrate	9 g
Eiweiß	33 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	25 g