



## Steak vom Rind mit spicy Kürbis und Feta Taschen

Koch: Roman Klauser

### Zutaten:

Rinderrückensteak (ca. 250g pro Person):

Rinderrückensteak / Beiried

Steakpfeffer

Salz

etwas Öl

Hokkaidokürbis: (4 Portionen)

1 mittelgroßer Hokkaidokürbis

2–3 EL Olivenöl

1 TL Salz, Blütensalz (Van den Berg)

1 TL Magic Dust

Optional Chillisauce

Sesam

Feta-Kräutertascherl:

1 Pg. Fetakäse

frische Kräuter oder Kräuterpaste

3-4 Cocktailtomaten

1 Pg. Flammkuchenteig

etwas Mehl

Backpapier

### **Zubereitung:**

#### **Steak:**

Das Rinderrückensteak wird auf ca. 4–5 cm Dicke geschnitten und mit Küchengarn in Form gebunden. Verwenden Sie dabei ein zugeputztes Stück Rindfleisch – sprich ohne Fett und Sehne. So kann das Rindfleisch optimal gleichmäßig gegrillt werden. Mit etwas Öl marinieren und mit Steakpfeffer und Salz rundum würzen.

Das Steak bei etwa 280 °C sehr heiß direkt angrillen – jede Seite etwa 1 Minute, bis eine kräftige Kruste und schöne Röstaromen entstehen. Anschließend auf die indirekte Grillfläche legen. Bei ca. 150 °C weitere 10 -12 Minuten grillen, bis eine Kerntemperatur von etwa 56 °C erreicht ist. Das Steak danach rund 5 Minuten ruhen lassen, damit sich die Fleischsäfte gleichmäßig verteilen und die Fleischfasern entspannen. Die Kerntemperatur für medium gegrilltes Steak sollte maximal 60°C erreichen.

#### **Kürbis:**

Hokkaidokürbis gründlich waschen, da die Schale mitgegessen wird. Das Gemüse in etwa 1cm dicke Scheiben schneiden oder vierteln und Kerne raus nehmen. Den Grill auf ca. 250 °C indirekte Hitze vorheizen. Den Kürbis indirekt auf den Grill legen und etwa 15 - 20 Minuten grillen. Das Gemüse nicht ganz weich garen sondern rausnehmen wenn der Kürbis Bissfest ist. Der gegrillte Kürbis wird nun mit Blütensalz, Magic Dust und Olivenöl mariniert und angerichtet.

#### **Feta-Tascherl:**

Den Flammkuchenteig auf ein bemehltes Brett legen.

Den Feta in Würfel oder Stangen schneiden und auf dem Teig verteilen. Mit den Kräutern oder der Paste belegen und die in Scheiben geschnittenen Tomaten darauflegen. Nun den Flammkuchen so zuschneiden, dass der Käse gut darin verpackt werden kann. Den Grill auf 250 °C indirekte Hitze vorheizen und die Käsetaschen etwa 10 Minuten grillen, bis sie schön goldbraun sind.