

BBQ Whisky Rib-Eye-Steak mit Gurken-Melonen-Salat

Gesamtzeit **145 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit **120 Min.** Marinierdauer **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2025 kJ / 483 kcal

Fett: **28,4 g** Eiweiß: **26,2 g**
Kohlenhydrate: **21,2 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

4 Rib-Eye-Steaks (Steaks von der Hochrippe, ca. 1,2-1,4 kg)

Für die Marinade:

1 Mark einer Vanilleschote
Frisch gemahlener Pfeffer

0,5 TL Thymian, gerebelt

2 Prisen Prisen Zimt, gemahlen

4 EL Olivenöl

6 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

1,5 TL Ahornsirup

Für die Würzsauce:

1 kleine Schalotte

1 Knoblauchzehe

3,5 EL Whisky

100 ml Orangensaft

4 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
Frisch gemahlener Pfeffer

Für den Salat:

2 Mini-Gurken (alternativ: Salatgurke)

1 kleine Melone (z.B. Cantaloupe, Wassermelone, Honigmelone)

200 g Feta

2 rote Spitzpaprika

2 EL Olivenöl

2,5 EL Weißweinessig

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Steaks trockentupfen. Für die Marinade alle Zutaten verrühren, die Steaks damit bestreichen und mindestens 2 Stunden kalt stellen.

Schritt 2

Für die Würzsauce Schalotte und Knoblauch abziehen, beides mit Whisky, Orangensaft und Sojasauce fein pürieren, mit Pfeffer würzen und ebenfalls kalt stellen.

Schritt 3

Für den Salat Gurken waschen und in Scheiben hobeln. Melone halbieren, Kerne und Fruchtfleisch herauslösen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Feta zerbröseln. Spitzpaprika halbieren, Kerne und Stege entfernen, die Paprika waschen und in Ringe schneiden.

Schritt 4

Für das Dressing 1-2 EL Melonenwürfel, Olivenöl, Essig, Sojasauce und Honig pürieren und mit Pfeffer würzen. Dressing mit den Salatzutaten vermischen.

Schritt 5

Für die Kräuterbutter Knoblauch abziehen und fein hacken. Basilikum waschen, trockentupfen, Blättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden. Butter mit Knoblauch, Basilikum,

2,5 EL Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce

1,5 TL (Thymian-) Honig
Frisch gemahlener
Pfeffer

Für die Kräuterbutter mit Sojasauce:

1 Knoblauchzehe

2 Stängel Basilikum

250 g weiche Butter

3,5 EL Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce

3 EL geriebener Parmesan

1 EL Ahornsirup
Zitronenpfeffer oder
Schwarzpfeffer

Sojasauce, Parmesan und Ahornsirup verrühren
und mit Pfeffer würzen.

Schritt 6

Steaks auf dem Grill (möglichst geschlossen), je
nach gewünschter Garstufe (siehe Tipp) grillen,
während des Grillens mit der Würzsauce
bestreichen und anschließend mit dem Salat und
der Kräuterbutter mit Sojasauce servieren.