

Gigot-Steak Classic

Gigot-Steaks grilliert

	für 4 Personen
Zubereitungsart:	Grillieren
Vorbereitungszeit:	15 min
Grillzeit:	15 – 20 Min.
Total Zubereitungszeit:	1/2 Std.
Aufwand (hoch, mittel, tief)	tief



4 Gigot-Steaks vom Engadinerlamm

1. Marinade:
1 EL Zitronensaft od. 1/2 dl Weisswein,
4 EL Olivenöl,
2 EL Worcestershiresauce,
2 Knoblauchzehen gepresst,
1 EL Senf,
1-2 frische Pfefferminzblätter gehackt,
je 1/2 TL Oregano, Thymian und
Rosmarin, frisch od. getrocknet,
1 Messerspitze Cayennepfeffer.
Alles verquirlen und die Steaks mind. 3 Stunden, am besten über Nacht marinieren.
2. Marinierte Gigot-Steaks
Beidseitig je ca. 10min bei nicht zu starker Hitze grillieren.

Quelle: Marinade aus Betty Bossi Kochbuch „Fleischküche“

Notizen:

Mehr Rezepte:

<http://www.engadinerlamm.ch/fleisch-ab-hof/rezepte/>

✂ EINKAUFSZETTEL ✂

- Knoblauch
- Zitrone
- Olivenöl
- Worcestershiresauce
- Oregano
- Rosmarin
- Thymian
- frische Pfefferminze
- Senf
- Cayennepfeffer