



Rindersteaks in Grill-Marinade "American Style"

Zutaten

- 60 g THOMY Ketchup
- 15 g Tomatenmark
- 4 EL THOMY Reines Rapsöl
- 40 g Ahornsirup
- 2 EL Worcester-Soße
- 1 EL Sherry-Essig
- 1 Knoblauchzehe(n)
- etwas Maggi Würzmischung 1, für gebratenes Fleisch
- 500 g Rindersteaks
- etwas Chilischoten a.d. Mühle, getrocknet

Zubereitung

1. THOMY Ketchup 80% Tomate mit Tomatenmark, THOMY Reines Rapsöl, Ahornsirup, Worcester-Soße und Sherry-Essig verrühren.
2. Knoblauchzehe(n) schälen und dazupressen. Mit Chilischoten, MAGGI Würzmischung 1 kräftig würzen und abschmecken.
3. Rindersteaks waschen, trocken tupfen und in der Marinade wenden. 1-2 Std. darin marinieren. Auf dem Grill bis zum gewünschten Gargrad grillen.

Nährwert-Anzeige

| | |
|---------------|----------|
| Kohlenhydrate | 13 g |
| Energie | 322 kcal |
| Fett | 17 g |
| Protein | 29 g |

🕒 10 Minuten

⊕ 4 Portionen