



## Rub für Rindersteaks

### Zutaten

- 5 TL MAGGI Brühe mit Rind
- 3 TL brauner Zucker
- 2 TL schwarzer Pfeffer (gemahlen)
- 2 TL Paprikapulver, geräuchert
- 2 TL Knoblauchpulver
- 2 TL Zwiebelpulver
- 2 TL Fenchelsamen
- 600 g Rindersteaks

### Zubereitung

1. Für den Rub: MAGGI Brühe mit Rind, Zucker, Pfeffer, Paprikapulver, Knoblauchpulver und Zwiebel mischen. Fenchelsamen im Mörser zerstoßen und untermischen.
2. Rindersteaks waschen und gut trocken tupfen. Den Rub auf dem Fleisch großzügig verteilen, dabei gleichmäßig und durchgehend auftragen und leicht einmassieren.
3. Die Fleischstücke mit Frischhaltefolie umwickeln und mind. 4 Stunden, am besten über Nacht, im Kühlschrank ruhen lassen. Dann wie gewohnt grillen oder in der Pfanne braten. Zubereitungszeit ohne Marinier- und Grill-/Bratzeit!

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	12 g
Energie	256 kcal
Fett	8 g
Protein	35 g

🕒 15 Minuten

⊕ 4 Portionen