

# GENUSSVOLLER GRILLSOMMER

Rinderhüftsteak richtig grillen



**3 Gutscheine  
für Ihre  
Grillparty zu  
gewinnen!**

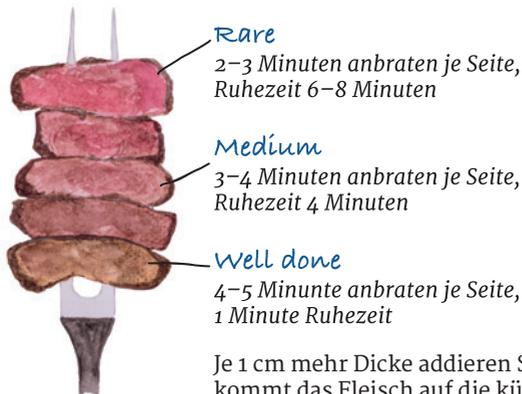
Rezept Nr. 2

# Rinderhüftsteak richtig grillen



Ob im Garten, auf dem Balkon oder am Strand: Der Sommer ist die schönste Jahreszeit zum Grillen. Doch wie grillt man das perfekte Steak für jeden Geschmack?

## Steak mit einer Dicke von 2 cm



### Rare

2-3 Minuten anbraten je Seite,  
Ruhezeit 6-8 Minuten

### Medium

3-4 Minuten anbraten je Seite,  
Ruhezeit 4 Minuten

### Well done

4-5 Minuten anbraten je Seite,  
1 Minute Ruhezeit

Je 1 cm mehr Dicke addieren Sie 1 Minute pro Seite. In der Ruhezeit kommt das Fleisch auf die kühlere Seite des Grills.

## Einfache Marinade für 2 Steaks



4 EL Olivenöl

½ TL Chiliflocken

1 Knoblauchzehe  
(gehackt)

Gehackter  
Rosmarin

1 TL Paprikapulver

Salz, Pfeffer

**Tipp**  
vom  
**Fleischer**

**Fleischerei Aldag**  
Cuxhavener Straße 460  
21149 Hamburg  
Telefon 040-701 80 73  
[www.aldag-fleischwaren.de](http://www.aldag-fleischwaren.de)



**Marc Lischick**  
Fleischermeister

## Worauf kommt es beim Grillgut an?

Durchwachsenes Fleisch eignet sich optimal zum Grillen, da es weniger austrocknet. Außerdem sollte man darauf achten, dass die Fleischstücke nicht zu dünn geschnitten sind. Rinderhüftsteak passt besonders gut auf den Grill: Die lockere Faserstruktur und feine Marmorierung machen es schön saftig. Aber auch Entrecote, T-Bone- oder Rib-Eye-Steak sind gegrillt ein Gaumenschmaus. Wer lieber Schweinefleisch mag, sollte zum Nackensteak greifen. Es ist von feinen Fettlinien durchzogen und nimmt die Aromen von Marinaden wunderbar auf.

*Fragen Sie uns  
wir beraten Sie gern!*



## Gewinnspiel

3 Grillgut-Gutscheine für einen Einkauf im Fleischerfachgeschäft mit der f-Marke im Wert von jeweils 50 Euro zu gewinnen! Schicken Sie uns eine Mail an: [info@fleischer-hamburg.de](mailto:info@fleischer-hamburg.de). Einsendeschluss: 28.07.2017

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Teilnahme ist kostenlos. Mehrfacheinsendungen sind nicht möglich. Mitglieder der Fleischerinnung Hamburg und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Fleischerinnung Hamburg · Marktstraße 57 · 20357 Hamburg  
Tel 040/35 07 04-00 · [info@fleischer-hamburg.de](mailto:info@fleischer-hamburg.de) · [www.fleischer-hamburg.de](http://www.fleischer-hamburg.de)