


T-Bone-Steak vom Alb-Büffel mit geschmortem grünen Spargel und Büffel-Mozzarella

 happy-mahlzeit.com/2019/11/14/t-bone-steak-vom-alb-bueffel-mit-geschmortem-gruenen-spargel-und-

Zutaten für 4 Personen

Für die T-Bone-Steaks:

- 2 T-Bone-Steaks vom Alb-Büffel à 700g
- 4 Rosmarinzweige, fein geschnitten
- 4 Thymianzweige, fein geschnitten
- 4 Salbeizweige, fein geschnitten
- Salz
- Rosensalz
- Rosmarinsalz
- Pfeffer

Für den Spargel:

- 480g grüner Spargel, geschält
- abgeriebene Schale 1 Orange, unbehandelt
- 40ml Olivenöl
- Salz
- etwas Zucker
- 120g Büffel-Mozzarella, in 8 Scheiben geschnitten
- 1 getrocknete Chilischote, zerbröselt

Außerdem:

100g Parmesan am Stück

Zubereitung:

Die Steaks salzen und mit etwas Olivenöl einreiben. Für die Marinade die Kräuter mit Olivenöl, Rosensalz und Rosmarinsalz im Mörser leicht zerkleinern. Die Steaks salzen und auf dem Grill anbraten und garen. Später mit der Marinade bestreichen und pfeffern.

Den Spargel zu gleichen Teilen auf 4 Bögen Alufolie verteilen und mit Salz und etwas Zucker würzen. Die abgeriebene Orangenschale und etwas Olivenöl darübergerben und je 2 Scheiben Büffel-Mozzarella auf den Spargel legen. Etwas Chili über den Mozzarella streuen.

Die Alu-Päckchen gut verschließen und bei mäßiger Hitze auf dem Grill ca. 12 - 15 Minuten garen.

Zum Anrichten je 1 Spargel-Päckchen auf einen Teller legen und die Alufolie öffnen. Das Steak in Scheiben schneiden, auf den Spargel legen und etwas Parmesan darüberhobeln.

Rezept: Frank Buchholz

Quelle: Beef Buddies vom 1.8.2013

Episode: Mit Alb-Büffeln durchs Ländle