

Fleisch marinieren

1 kg Rinderbrust oder	Schulter oder	Schweinebauch
100 ml Zitronensaft	2 TL Salz	1 TL Pfeffer
1 TL Paprika	1 TL Knoblauchpulver	Kräuter
2 EL Öl		

Frisches, qualitativ hochwertiges Fleisch wählen und in gleichmäßige Stücke schneiden.

Die Marinaden-Zutaten in eine Schüssel geben.

Das Fleisch in die Marinade legen und es mindestens 2 Stunden (oder am Vortag) im Kühlschrank ziehen lassen.

Das marinierte Fleisch sanft klopfen, um die Fasern zu brechen.

Das Fleisch bei mittlerer Hitze für 5-7 Minuten pro Seite braten und danach einige Minuten ruhen lassen.

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und mit Beilagen servieren.

Tipps:

Die Marinierzeit sollte je nach Fleischsorte angepasst werden.

Frische Kräuter für zusätzlichen Geschmack verwenden.

NN am 10. Juli 2025