

Hanging Tender „Strindberg Art“



[www.facebook.com/Fabi's Grill & BBQ](https://www.facebook.com/Fabi's%20Grill%20&%20BBQ)

www.fabisgrillbbq.wordpress.com/

Zutaten:

- 1 Hanging Tender
- 250 g Schalotten, ganz fein gewürfelt
- 2 EL Senf
- Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Das Hanging Tender von der Mittelsehne befreien und in 4 gleiche Stücke schneiden. Das Fleisch von beiden Seiten salzen und pfeffern. Jeweils eine Seite mit Senf einreiben. Die Schalottenwürfel gleichmäßig darauf verteilen und leicht andrücken.

Die Steaks werden bei mittlerer direkter Hitze (200°C) von beiden Seiten ca. 4-5 Minuten gegrillt. Dabei die belegte Seite zuerst auf den Rost legen. Beim Wenden einen Pfannenwender benutzen und darauf achten, dass die Zwiebelkruste am Fleisch hängen bleibt. Das Hanging Tender wird dann im indirekten Bereich zu Ende gegrillt, bis eine Kerntemperatur von 56°C erreicht ist.

Also dann...gut Glut! ☺