# RUMPSTEAK VON DER SIZZLE ZONE MIT BROKKOLIGEMÜSE & MAISTALERN

EIN REZEPT VON ADI MATZEK, DOPPEL-GRILLWELTMEISTER & ZINO NICARAGUA LIEBHABER

Für 4 Personen | Vorbereitung: 30 Minuten | Grill-Zeit: 20 Minuten | Level: mittel

**ZUTATEN**

- 2 Rumpsteaks á 400 g, 3-4 cm dick
- 400 g Brokkoli
- 2 rote Spitzpaprika
- 1 rote Zwiebel
- 3 Zweige Rosmarin
- Etwas Meersalz
- 2 EL Butter
- Grillgewürz Rind
- Grill-Öl Sonnenblumen-Soja
- Kräuter-Grillgewürz
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

**ZUBEREITUNG**

Das Rumpsteak von beiden Seiten salzen und auf der Sizzle Zone je Seite ca. 1 Minute sizzeln (brutzeln). Die Steaks auf ein Hartholzbrett legen, mit etwas Rindfleischgewürz und Pfeffer aus der Mühle bestreuen und ein dickes Butterstück sowie einen Rosmarinzweig pro Rumpsteak auflegen. Nun die Steaks auf dem Holzbrett mittig auf den oberen Warmhalterost stellen. Den Grill auf ca. 180°C indirekt einstellen.

Mit einem Thermometer können Sie den Gar Grad perfekt überprüfen, eine Zieltemperatur, die den meisten Gästen munden wird, ist bei ca. 50°C bis max. 55°C erreicht.

Die Zwiebel, die Spitzpaprika und den Brokkoli in mittelgroße Stücke schneiden. Nun den, auf der Sizzle Zone gut vorgeheizten, Wok mit etwas Grill-Öl Sonnenblumen-Soja benetzen und die Zwiebel kurz anschwitzen. Anschließend den Brokkoli unter Rühren rösten und erst gegen Ende die roten Spitzpaprika hinzugeben. Zum Schluss mit etwas Kräutergewürz, Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Zino

# MAISTALER

Für 4 Personen I Vorbereitung: 30 Minuten I Grill-Zeit: 20 Minuten I Level: leicht

**ZUTATEN**

- 130 g Mehl (Type 505)
- 1 TL Backpulver
- ½ TL Zucker
- 1 Ei
- 250 ml Buttermilch
- 40 g zerlassene Butter
- 50 g Käse (Hartkäse geschmackvoll)
- 250 g Mais aus der Dose oder 1 ganzer Maiskolben
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

**ZUBEREITUNG**

Für die Masse der Maistaler das Mehl mit Backpulver, Zucker, Salz und etwas Pfeffer verrühren. Das Ei, die Buttermilch und die Butter beigeben. Den geriebenen Käse und die Maiskörner in den Teig einrühren.

Am Grill eine Gusspfanne oder eine Grillplatte erhitzen und gut einfetten.

Je nach gewünschter Größe der Maistaler 2 bis 3 Esslöffel der Masse in die Pfanne oder in einen Ring geben und von beiden Seiten goldbraun braten.

Auf einem Küchenpapier etwas abtropfen lassen und servieren.

**TIPP:** Die Maistaler sind eine perfekte Hauptspeise serviert mit knackigem Blattsalat und Sauerrahm. Sie sind aber auch eine tolle Beilage, wie bei unserem Rumpsteak!

**ZUM ANRICHTEN:** Das Rumpsteak in Ein-Zentimeter dicke Stücke schräg schneiden und mit dem Gemüse und den Maistalern anrichten.