




Gevulde Rib Eye

-  Bereiden in: bbq
-  Voorbereiding: 45 min.
-  Bereiding: 45 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 1500 gram rib-eye
- 3 uien
- ¼ venkelknol
- 1 Spaanse peper
- 5 teentjes knoflook
- 1 handje salieblaadjes (15 gram)
- 1 handje peterselie (15 gram)
- 3 eetlepels koolzaadolie
- zout
- peper

Voedingswaarde

•

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl

Gevulde Rib Eye

Bereiding

- 1 Was en schil de groenten. Snijd de ui, venkel en Spaanse peper in blokjes en plet de knoflook. Bak ze vervolgens op de barbecue.
 - 2 Was de kruiden en hak ze fijn – laat enkele salieblaadjes heel. Meng de kruiden door de gebakken groenten en kruid met zout en peper.
 - 3 Snijd het stuk rib-Eye bijna tot de helft door. Leg het plat neer en smeer helemaal in met de kruidenmix. Rol het vlees stevig op en zet goed vast met slagerstouw.
 - 4 Plaats de hele salieblaadjes tussen het slagerstouw en het vlees op de BBQ
- Op de barbecue:
- 1 Bereid de barbecue voor op directe warmte (200-220°C).
 - 2 Wanneer het vlees klaar staat de barbecue voorbereiden op indirecte warmte, ongeveer 200-220°C.
 - 3 Plaats de kerntemperatuurmeter in het midden van het vlees en stel deze in op 57°C. Sluit het deksel en laat garen totdat de kerntemperatuur bereikt is. Dat duurt ongeveer 45 minuten.
 - 4 Zodra de kerntemperatuur bereikt is het vlees van de barbecue halen en nog ongeveer 15 minuten laten rusten alvorens het aan te snijden.

image not found
<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten