



Gevulde Rib Eye



Bereiden in: bbq

Vorbereiding: 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