

BBQ-RECEPT



TAGLIATA

VAN FLAT IRON STEAK



Ingrediënten (2 personen)

flat iron steak (350gr)
grof zeezout
peper uit de molen
extra vergine olijfolie
1 handje rucola (fijnhakken)
100 ml balsamico-azijn
25 gram witte basterdsuiker
Parmigiano Reggiano

zonnebloemolie of arachide-
olie (niet gebruiken als
mensen met een notenallergie
mee-eten)

Benodigheden:
Kerthermometer

RECEPT VAN

Marcel Maassen



BBQ-RECEPT

TAGLIATA

VAN FLAT IRON STEAK

Laat de Flat Iron Steak op kamertemperatuur komen. Bereid ondertussen de BBQ voor om direct te grillen op 220°C. Gebruik dus geen hitteverdeler, je plaatst het grilrooster direct boven de kolen.

Maak in een pannetje boven een pit de balsamicostroop. Voeg de balsamicoazijn en de suiker samen en verhit het op matig vuur. Het water uit de azijn zal verdampen en het mengsel wordt dikker. Zet het vuur uit zodra het mooi traag beweegt als je erin roert. Het zal nog indikken tijdens het afkoelen.

Dep de steak voor bereiding droog met keukenpapier, wrijf het in met olie en masseer grof zeezout in het vlees. Leg het op het grilrooster en sluit de kap van de BBQ. Draai het vlees een kwartslag na twee minuten, keer het om na nog eens twee minuten en draai het twee minuten later nog een kwartslag. Controleer nu de kerntemperatuur van het vlees. Haal het daarvoor van de BBQ en steek de termometer vanaf de zijkant tot op het dikste punt in het vlees. Bij een kerntemperatuur van circa 50 °C haal je de flat iron steak van de BBQ. Laat het na bereiding een paar minuten rusten, eventueel losjes afgedekt met aluminiumfolie.

Snijdt het vlees in dunne plakjes, haaks op de vleesdraad. Maal er zwarte peper overheen. Besprenkel het met de beste extra vergine olijfolie die je in huis hebt. Giet er dan de balsamicostroop overheen, strooi de gehakte rucola erover en tot slot de grofgepaste Parmigiano Reggiano.