

## US Beef vom Grill mit Avocado & Curry Meersalz



### Zutaten für 6 Personen:

1 kg Rinderrücken  
3 Avocados  
50 g Pankomehl  
etwas Chili  
Curry-Meersalz  
Pflanzenöl

### Zubereitung:

Den Rinderrücken parieren und in 2 gleich große Steaks schneiden. Die Steaks bei direkter Hitze von beiden Seiten an grillen, so dass ein schönes Grillmuster entsteht. Die

Steaks bei indirekter Hitze sanft zu Ende garen, bis die Kerntemperatur 58° C hat. Mit Curry-Meersalz abschmecken.

Die Avocados schälen und den Kern entfernen. Anschließend in 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit Chili und Pankomehl panieren. Auf der vorgeheizten Planca (oder in der Grillpfanne) mit etwas Pflanzenöl leicht anbraten. Das Ganze mit Salz abschmecken.

Dazu passt z.B. ein leichter Tomatensalat.

Rezept: Patrick Speck, Harsewinkel