Filet Mignon gegrillt

Dieses Rezept lässt das Herz von Fleisch-Liebhabern höher schlagen: Das Filet Mignon gegrillt ist ein echtes Highlight und wird auf einem verschließbaren Grill zubereitet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 25 min



Foto: Mike

Zutaten

200 g	Rinderfilet
0.5 Stk.	Gurken
4 Stk.	Tomaten
2 Stk.	Chilischoten
2 Stk.	Frühlingszwiebeln
1 Stk.	Bio-Zitrone
0.5 Bündel	Petersilie
Nach Belieben	Koriander
	Honig
	Olivenöl
	Rohrzucker
	Öl
1 Prise	Salz

Zubereitung

1. Für **Filet Mignon gegrillt** zunächst das Filet zerteilen: Endstück und Filetkopf abschneiden und das Mittelstück in mehrere Teile schneiden. Diese Mittelteile mit Edelstahldraht festbinden und von beiden Seiten mit Öl einpinseln. Rundherum salzen und mit etwas Zucker bestreuen.

2. Den verschließbaren Grill auf ca. 260°C vorheizen. Die Fleischstücke dann darin (bei

geschlossenem Deckel) ca. 20-30 Sekunden scharf angrillen, dann wenden und auch auf der anderen Seite 20-30 Sekunden anbraten.

3. Anschließend das Fleisch nach außen schieben und in der indirekten Zone ca. 10-15 Minuten ziehen lassen, dabei den Deckel geschlossen, aber die Grill-Lüftung einen Spalt breit offen lassen.

4. Inzwischen Gurke waschen und würfeln. Zwiebel schälen und achteln. Tomaten waschen, Stielansatz entfernen und würfeln. Chili und Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden. Zitronenschale heiß abwaschen und abreiben.

5. Petersilie und Koriander waschen, trocken schütteln und fein hacken. Gurke mit Tomaten, Zitronenschale, Zwiebeln, Chili, Frühlingszwiebel, Petersilie und Koriander mischen. Mit Honig und Olivenöl abschmecken.

6. Fleischstücke vom Grill nehmen und den Draht entfernen. In dünne Scheiben schneiden. Zusammen mit der Gemüse-Salsa anrichten und sofort servieren.

Tipp

Das Filet Mignon gegrillt anrichten und dann mit etwas zerbröckeltem Feta und einigen Oliven garnieren.