Entrecote

Das Entrecote wird aus der Hohen Rippe geschnitten; übersetzt heißt es „Zwischenrippenstück '. Es ist stark marmoriert, ist sehr saftig und hat einen hohen Eigengeschmack.

Zubereitung

Den Backofen auf 240° vorheizen, das Fleisch salzen und pfeffern und auf dem Backblech auf mittlerer Schiene 15 min anbraten. Dann die Hitze auf 180° reduzieren und das Fleisch weitere 15 min im Ofen garen. In der Zwischenzeit fein gehackten Knoblauch und fein gehackte Kräuter in Olivenöl anschwitzen und damit das Fleisch nun bestreichen.
Alternative: Das Fleisch nur mit Salbeibutter bestreichen. Weitere 5-10 min das Fleisch garen, bis eine Kemtemperatur von 55° erreicht ist. Das Fleisch sollte dann medium sein. Bevor das Fleisch aufgeschnitten wird, noch ca. 20 min in Alufolie ruhen lassen.