# Grillrezepte

# Gegrilltes Filetsteak Vom Strauß Mit Knoblauchsoße

**Anzahl: 4 Portionen**
**Gattung: Geflügel, Backofen, Gemüse, Fleisch,**

---

| | |
|---|---|
| 4 | Filetsteaks (ca. 200 g) |
| 2 | Ganze Knoblauchzwiebeln,<br>- zerteilt, die Zehen<br>- nicht schälen |
| 1/2 Teel. | Wacholderbeeren, zerstoßen |
| 1 Teel. | Zerstoßene Pfefferkörner |
| 1/4 Liter | Rotwein |
| 3 | Schalotten in Scheiben<br>- geschnitten oder 1/2<br>- kleine Zwiebeln<br>- feingehackt |
| 1/2 Liter | Ungesalzener brauner Fond<br>- oder Hühnerbrühe |

---

Den Backofen auf 240°C (Gasherd Stufe 5-6) vorheizen. Die Knoblauchzehen in eine kleine Auflaufform geben und im Backofen 20 bis 30 Minuten garen, bis sie sehr weich sind; dann zum Abkühlen beiseite stellen. Die zerstoßenen Wacholderbeeren und den Pfeffer in einer kleinen Schüssel mischen.

Die Würzmischung auf beiden Seiten in jedes Steak drücken, dann das Fleisch bei Raumtemperatur beiseite stellen.

Den Wein in einen kleinen säurebeständigen Topf gießen. Die Schalottenscheiben oder Zwiebelstückchen hinzufügen und die Mischung bei mittelhoher Temperatur etwa 5 Minuten kochen, bis fast die gesamte Flüssigkeit verdampft ist. Den Fond bzw. die Brühe dazugeben, die Flüssigkeit zum Kochen bringen und in etwa 5 Minuten auf 1/4 l reduzieren.

Den Knoblauch aus der Schale drücken und zusammen mit der reduzierten Flüssigkeit zu einem glatten Püree verarbeiten. Anschließend die dickflüssige Knoblauchsauce in einem Topf warm stellen. Die Straußensteaks auf jeder Seite etwa 3 Minuten grillen, bis das Fleisch rosa gebraten ist. Dann zusammen mit der Knoblauchsauce servieren.

Beilagenempfehlung: Gebackene Kartoffeln