

== Ciabatta met steak en gekarameliseerde uien ==

Ordernummer: _____

== Ingrediënten (4 personen) ==

600 g entrecote

2 tomaten, in schijfjes gesneden

1 ciabatta brood

2 el mosterd

enkele blaadjes sla

versgemalen peper

een klein beetje olijfolie

fleur de sel of vers gemalen zeezout

3 uien, gekarameliseerd

== Zo maak je het ==

1. Alles begint eigenlijk bij de keuze van het vlees. Als je iets bijzonders wil klaarmaken, kies dan bijvoorbeeld voor een mooi stuk gerijpt rundsvlees. Wij kiezen graag voor een mooie gerijpte ribeye van ongeveer 3 cm dikte.
2. Leg het vlees voordat je het gaat grillen uit de koelkast, zodat het rustig de tijd heeft om op kamertemperatuur te komen. Dit kan 1 tot 2 uur duren. Het vlees zal dan niet zo "schrikken" als het op de hete grill terechtkomt en veel sappiger blijven. Let op, leg het vlees niet buiten of in de zon, maar op een beschut plekje binnen.
3. Kruid de ribeye (ondertussen op kamertemperatuur) met vers gemalen peper en zout en smeer hem heel lichtjes in met een beetje olijfolie.
4. Grill dan het vlees langs beide kanten, bij voorkeur op een gietijzeren rooster. Als je het vlees mooi rood wil houden aan de binnenkant, en dus houdt van een bleu chaud bakwijze (ook rare genoemd) grill je het totdat het binnenin een temperatuur heeft van 50 à 52 graden. Dat is van iedereen de favoriete bakwijze hier thuis!
5. Onze ervaring is dat je voor een stuk ribeye met een dikte van ongeveer 3 cm de perfecte bleu chaud bakwijze bereikt als je elke zijde 2 minuten grilt op een gietijzeren rooster en dan nog elke zijde ongeveer een halve minuut, een kwartslag gedraaid zodat je een mooi ruitenpatroon krijgt in de grillstrepen.

Tip

Gewoon genieten van deze heerlijke hap!

6. Heb je het vlees liever iets meer doorbakken, ga dan voor een kerntemperatuur van 60 graden voor een medium bakwijze en houd 70 graden aan voor well done. Let dan wel op met het zout en de peper. Zout kan het vlees uitdrogen en peper verbrandt snel, dus als je het vlees langer wil grillen om het meer doorbakken te krijgen, zou ik het pas achteraf kruiden.
7. Laat het vlees na het grillen even rusten in een stukje aluminiumfolie. Aangezien het vlees al mooi ontspannen was doordat je het op kamertemperatuur hebt laten komen voor het grillen, moet het nu niet zo lang rusten, 1 à 2 minuten is genoeg. Snijd het vlees in plakjes en kruid nog een beetje bij met vers gemalen zwarte peper en zout.
8. Verwarm het ciabatta brood gedurende 10 minuten in de oven bij 100 graden, verdeel het in vier delen en snijd deze open.
9. Besmeer de ciabatta met een beetje mosterd. Beleg het broodje met een schep gekarameliseerde ui, een schijfje tomaat, een blaadje sla en enkele plakjes zalig gegrild vlees.