



Pfeffer-Honig-Marinade

für ca. 4 Scheiben Fleisch

- 1 EL weiße Pfefferkörner
- 1 EL schwarze Pfefferkörner
- 4 EL Sonnenblumen- oder Maiskeimöl
- 4 EL Flüssiger Honig (Akazienhonig)
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 TL Salz

Pfefferkörner in einer trockenen Pfanne anrösten und grob mörsern
Rosmarinblätter von den Stielen zupfen und grob hacken

Alle Zutaten miteinander verrühren und mit dem Fleisch in einen Gefrierbeutel geben. Für gründliche Benetzung des Fleisches mit der Marinade sorgen, den Beutel verschließen und für 24 Stunden in den Kühlschrank legen. Vor dem Grillen das Fleisch mit Küchenkrepp abtupfen und Rosmarin so gut wie möglich entfernen. Gegen Ende der Grillzeit das Fleisch noch einmal mit der Marinade bepinseln.

Besonders geeignet für Rumpsteak, Entrecôte, oder Flanksteak, aber auch für Schweinenacken