

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- Ingrediënten voor 4 personen
- 800 gram bavette
- Verse Chimichurri VanOnzeBoer naar smaak
- 1 eetlepel olijfolie
- Peper en zout
- Eventueel krieltjes en een frisse salade voor erbij

 Bereiden in:

bbq/koekenpan

 Voorbereiding: 15 min.

 Bereiding: 20 min.

- Energie: ± 440 kcal
- Eiwitten: ± 42 g
- Koolhydraten: ± 3 g
- Vetten: ± 29 g
- De bavette levert vooral veel e

Bereiding

- 1 Haal de bavette ongeveer 30 min. voor het bereiden uit de koelkast en bestrijk licht met olijfolie en breng op smaak met peper en eventueel wat zout.
- 2 Verhit een grillpan of barbecue goed heet. Bak de bavette aan beide kanten mooi bruin en gaar het vlees tot de gewenste gaarheid.

Voor bavette is rosé – medium rare tot medium – bijzonder lekker.

Voor bavette kun je ongeveer deze kerntemperaturen aanhouden: Rare: 48–50 °C, Medium rare: 52–55 °C, Medium: 56–60 °C, Well done: vanaf ongeveer 65 °C, Voor bavette zou ik zelf 52–54 °C adviseren. Dan is hij mooi rosé, sappig en mals. Bavette kan bij een hogere kerntemperatuur sneller wat droger en taaier worden.

- 3 Haal het vlees van het vuur en laat het 5 tot 10 min. rusten. Snijd de bavette daarna met een scherp mes dwars op de draad in mooie dunne plakken.
- 4 Schep vlak voor het serveren wat Chimichurri over het warme vlees.

De Chimichurri geeft de krachtige bavette precies dat frisse, kruidige tegenwicht waardoor u steeds weer dat volgende stukje wilt pakken.

Serveren

met krokant gebakken krieltjes en een eenvoudige groene salade

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten