

# Gegrilltes Roastbeef nach Pastrami-Art

Gesamtzeit **780 Min.** 15 Min. Vorbereitungszeit **45 Min.** Kochzeit **720 Min.** Marinierdauer

Nährwertangaben (pro Portion):  
**3.529 kJ / 843 kcal**

Fett: **35 g** Eiweiß: **64 g**  
Kohlenhydrate: **67 g**

## ZUTATEN

**2 Portion(en)**

**1 Becher** brauner Zucker  
**180 g** brauner Zucker  
**250 ml** Kikkoman natürlich  
gebraute Sojasauce  
**100 ml** Kikkoman süße  
Würzsauce zum Kochen  
nach Mirin-Art  
**250 ml** Wasser  
**400 g** Rinderlende (oder  
Rinderbrust)

**Gewürze:**  
**1 EL** granulierter Knoblauch  
**1,5 TL** gemahlener Pfeffer  
**1 TL** gemahlener Koriander  
**1 TL** gemahlener Ingwer

**Zum Servieren:**  
**1** Gewürzgurke  
**8** kleine Scheiben helles  
Brot  
**2 EL** Senf  
**100 g** Sauerkraut  
**1 TL** Honig

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

**1 Becher** brauner Zucker - **180 g** brauner Zucker - **250 ml** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **100 ml** Kikkoman süße Würzsauce zum Kochen nach Mirin-Art - **250 ml** Wasser - **400 g** Rinderlende (oder Rinderbrust)  
Braunen Zucker, Kikkoman Sojasauce, Kikkoman süße Würzsauce Mirin-Art und Wasser mischen. Das Fleisch in diese Marinade legen und für 1 bis 2 Tage in den Kühlschrank stellen.

### Schritt 2

**1 EL** granulierter Knoblauch - **1,5 TL** gemahlener Pfeffer - **1 TL** gemahlener Koriander - **1 TL** gemahlener Ingwer  
Sobald das Fleisch mariniert ist, kann man es aus dem Kühlschrank nehmen und von den Resten der Marinade befreien. Die Gewürze mischen und das Fleisch von allen Seiten mit dieser trockenen Gewürzmischung würzen.

### Schritt 3

Das Fleisch auf den Grill legen und 30 bis 40 Minuten garen lassen. Je nach gewünschtem Gargrad gelegentlich wenden. Nach dem Garen muss das Fleisch noch mindestens 10 Minuten ruhen. Danach wird es in dünne Scheiben geschnitten.

### Schritt 4

**1** Gewürzgurke - **8** kleine Scheiben helles Brot - **2 EL** Senf - **100 g** Sauerkraut - **1 TL** Honig  
Das Sauerkraut mit Senf und Honig vermischen und in einer Pfanne anbraten. Die Fleischscheiben

mit dem gebratenen Sauerkraut und der in  
Scheiben geschnittenen Gurke auf dem mit Senf  
bestrichenen Brot servieren.