



Υλικά

- 1 μοσχάρισια μπριζόλα μεγάλη, με κόκκαλο
- Αλάτι χοντρό κατά βούληση
- 2 κ.σ. barbecue sauce ή άλλη σάλτσα της αρεσκείας σας
- Χρόνος Προετοιμασίας
- 30 λεπτά
- Βαθμός Δυσκολίας
- Εύκολη
- Αριθμός ατόμων
- 1 άτομο

Ένας λίγο διαφορετικός τρόπος μαγειρέματος που θα λατρέψετε!

Προθερμαίνουμε το grill πολύ ώρα σε πολύ δυνατή θερμοκρασία.

Εν τω μεταξύ έχουμε την μπριζόλα εκτός ψυγείου ώστε αν αποκτήσει θερμοκρασία δωματίου.

Όταν το grill έχει ζεσταθεί, μπορούμε προαιρετικά να χαμηλώσουμε ελάχιστα την θερμοκρασία.

Αλατίζουμε την μπριζόλα μας και από τις δύο πλευρές, την βάζουμε στην σχάρα και απλώνουμε την σάλτσα στην πάνω πλευρά. (Προσέχουμε γιατί θα πιτσιλάει αλλά αξίζει τον κόπο!)

Μαγειρεύουμε για περίπου 5-6 λεπτά και την γυρίζουμε από την άλλη πλευρά. Απλώνουμε την σάλτσα στην άλλη πλευρά (που ψήσαμε αρχικά) και μετά από 5-6 λεπτά, που έχει ψηθεί την ξαναγυρίζουμε. Βάζουμε σάλτσα για δεύτερη φορά στην μια πλευρά που είναι ξανά από πάνω. Ψήνουμε για 1-2 ακόμη λεπτά.

Βγάζουμε την μπριζόλα από την σχάρα και την βάζουμε σε ένα πιάτο μαζί με την σάλτσα της. Προσοχή, την αφήνουμε να ξεκουραστεί για 4-5 λεπτά και μετά την σερβίρουμε με μπόλικη σαλάτα εποχής.

Πηγή: cookbox.com.cy