

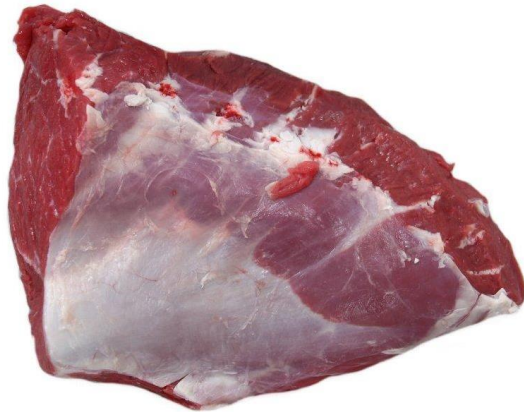
## Picanha uit de oven

### Ingrediënten:

- ✓ Kalfspicanha
- ✓ Scheut olijfolie
- ✓ 3 knoflookteentjes
- ✓ 1 el gerookte paprikapoeder
- ✓ zout

### Benodigheden;

- ✓ Grillpan
- ✓ Ovenschaal
- ✓ Kerntemperatuurmeter



- Laat het vlees op kamertemperatuur komen. Zo'n 1,5 uur voor groot stuk van 1,4 kilo.
- We beginnen met het insnijden van de vetkap. Snij voorzichtig door het vet heen totdat je bij een vlies komt. Maak zowel horizontale als verticale snedes.
- Meng in een kommetje de olijfolie met drie geraspte knoflooktenen, gerookte paprikapoeder. Smeer hiermee het vlees rondom in en laat een uur marineren.
- Verwarm de oven voor op 100°C. Verhit de grillpan op hoog vuur. Bestrooi de picanha met zout en als de pan gloeiend heet is leg dan de picanha met de vetzijde eerst op de grillpan.
- Grill het vlees goudbruin in ongeveer 5 minuten en draai het dan een kwartslag om mooie grillstrepen te krijgen op het vlees. Draai naar 5 minuten het vlees om en herhaal dit.
- Leg het vlees dan op een ovenschaal en laat de picanha ongeveer een uur roosteren in de oven. Als de kerntemperatuur van het vlees 50 graden heeft bereikt, haal het dan uit de oven.
- Laat het vlees op een snijplank onder aluminiumfolie 15 minuten rusten.
- Snijd het vlees dan tegen de draad in, in dunne plakken.

*Eet smakelijk!*