רכיבים:

נתח שלם של אנטריקוט, ללא שכבת השומן החיצונית
מלח, פלפל שחור טחון טרי

אופן ההכנה:

.1 גריל פחמים:

הרשת צריכה להיות במרחק של כ-30 ס"מ מהגחלים. המטרה היא לצלות את הבשר בחום נמוך מאד ולאורך זמן רב.

.2הצלייה:

מניחים את הבשר על הרשת וצולים אותו לאיטו במשך כשעתיים וחצי.

3. במהלך הצלייה הופכים את הנתח מצד לצד. ממליחים ומפלפלים את הנתח.

4. רק כשהנתח בצבע חום מבחוץ וורדרד מפנים, יודעים שהוא מוכן.