

## Picanha van de BBQ

### Benodigheden:

- [1 biologische kalfspicanha](#)

### Kruidentrub:

- 2 el paprika poeder
- 2 el zeezout
- 3 el basterdsuiker
- 3 tl uienpoeder
- 3 tl knoflookpoeder
- 1 el oregano
- 1 el peper
- 1 el zout

- Vleesthermometer



### Bereidingswijze

Haal de picanha tenminste 3 kwartier voordat hij op de bbq gaat uit de koelkast zodat het een beetje op temperatuur kan komen.

Meng de ingrediënten van de rub.

Voordat je de picanha gaat bereiden op de BBQ haal je het vliesje aan de onderkant (de kant waar geen vet zit) met behulp van een scherp mes weg.

Dep de picanha droog met keukenpapier en snijd het vet kruislings in.

Wrijf het vlees rondom in met rub.



Steek de BBQ aan en zorg voor een indirecte zone van 120 graden.

Leg het vlees [indirect](#) met de vetkant naar boven.

Haal de picanha van de BBQ bij een kerntemperatuur van 52 graden. Pak het losjes in in aluminiumfolie en laat het even rusten. Pak het vlees NIET stevig in want dan slaat alle warmte naar binnen en loop je het risico dat het veel te gaar wordt.

Verhoog de temperatuur van de BBQ naar 230 graden. Gril de picanha met de vetkant onder enkele minuten.

Laat de picanha in aluminiumfolie 10 minuten rusten en snij het in dunne plakjes.

*Eet smakelijk!*