



FLEISCH...

...ALLES ANDERE IST BEILAGE

- Speisekarte
- Grundregeln
- Rezepte

Samstag, 22.08.2015
OK Schüli & Äugi



SPEISEKARTE

SUNSHINE CLUB – BBQ-EVENT – 22. AUG. 2015

APÉRO

GRUYERZERKÄSE IM SPECKMANTEL
PFLAUMEN IM SPECKMANTEL
PIZZETTE MIT SALAMI UND MOZZARELLA
FLAMMKUCHEN
DRUMSTICKS (POULETSCHENKEL)
CREVETTEN-SPIESSLI
SATAY-SPIESSLI

HAUPTGANG

POULETBRÜSTCHEN GEFÜLLT
RINDERFILET
SPARE-RIPS VOM KALB
SCHWEINS-KOTELETTE AM STÜCK
LAMMRACK ORIENTAL
T-BONE STEAK
PILZE GEFÜLLT MIT KÄSE
ZUCCHETTI MIT KÄSE ÜBERBACKEN
PEPERONI-SCHIFFCHEN
TOMATEN GEFÜLLT
MAISKOLBEN
WEDGES (PANIERTE CHIPS)
BBQ-SAUCEN

DESSERT

MINI-BANANEN MIT SCHOGGI + KONFI
ANANAS
PFIRISCH
APRIKOSEN
GLACE MIT MINZBLÄTTER

SPEZIAL

HAMBURGER

GRUNDREGELN

SUNSHINE CLUB – BBQ-EVENT – 22. AUG. 2015

GRILLEN

FÜR DIE ERFOLGREICHE ZUBEREITUNG VON FLEISCH AUF DEM FEUER SIND EINIGE REGELN ZWINGEN EINZUHALTEN.

- DAS FLEISCH SOLLTE IMMER MIND. EINE STUNDE VOR DEN GRILLEN AUS DEM KÜHLSCHRANK GENOMMEN WERDEN UND ZIMMERTEMPERATUR HABEN.
- ES STELLT SICH IMMER DIE GRUNDFRAGE: WILL ICH GRILLEN ODER WILL ICH KOCHEN RESPEKTIVE GAREN?
- MIT DER UNTERSCHIEDUNG WÄHLE ICH DAS GRILLGERÄT UND ENTSPRECHEND DIE ZUBEREITUNGSTEMPERATUR.
- GRILLEN HEISST ICH BRATE DAS FLEISCH BEI HOHER TEMPERATUR ÜBER DEM FEUER
- KOCHEN = GAREN HEISST ICH SETZE MEHR ZEIT EIN UND BEREITE DAS FLEISCH BEI TIEFER TEMPERATUR ZU.

ZUM GRILLIEREN MIT HOHER TEMPERATUR LEGE ICH DAS GRILLGUT AUF DEN ROST ÜBER DAS FEUER RESPEKTIVE DIE GLUT.

WENN MÖGLICH KEINE STARK HARZHALTIGEN HÖLZER VERWENDEN. AM BESTEN EIGNET SICH EICHE, BUCHE, ODER BIRKE. TANNENHOLZ HAT VIEL HARZ WELCHES BEI DER VERBRENNUNG EINEN UNGEWOLLTEN DUFT ABGIBT UND AUF DAS FLEISCH ÜBERTRAGEN WIRD. DAMIT EINE STARKE GLUT ERREICHT WIRD IST DER EINSATZ VON HOLZKOHLE SEHR ZU EMPFEHLEN.

DER OPTIMALE ZEITPUNKT ZUM GRILLIEREN IST ERREICHT, WENN DIE GLUT MIT EINEM FEINER WEISSEN STAUBÜBERZOGEN IST.

KOCHEN:

FÜR DIE ZUBEREITUNG VON FLEISCH DAS GEGART WERDEN SOLL, EIGNET SICH DER EINSATZ VON EINEM GAS GRILL SPEZIELL. EIN OUTDOORCHEF – GRILL HAT EINEN THERMOMETER IM DECKEL DAMIT LÄSST SICH DIE TEMPERATUR GENAU KONTROLLIEREN. DIE TEMPERATUR LÄSST SICH MIT DEM REGELKNOPF GUT STEUERN. AUCH DIE DECKELÖFFNUNG KANN ZUR REGULIERUNG DER TEMPERATUR EINGESETZT WERDEN.

FLEISCH

- FLEISCH DAS AUF DEM GRILL ZUBEREITET WERDEN SOLL MUSS EINIGE MERKMALE AUFWEISEN
- GUT GELAGERT, NICHT DIREKT AB SCHLACHTBANK
- KAUF DAS FLEISCH BEIM METZGER UND VERLANGE GUT GELAGERTE STÜCKE
- NICHT ZU DÜNN GESCHNITTEN. AM BESTEN SIND FLEISCHSTÜCKE MIT EINER DICKE VON 3 BIS 4 CM
- LEICH DURCHZOGENES FLEISCH MIT ETWAS FETT VERLEIHT MEHR GESCHMACK UND DAS FLEISCHSTÜCK IST SAFTIGER

MARINADEN

FRÜHER WAR ES MODERN DAS GRILLFLEISCH VOR DEM GRILLIEREN DICK MIT MARINADE ZU BESTREICHEN. DIE MARINADE IST BEIM GRILLVORGANG VERBRANNT UND HAT DEM FLEISCH DEN GESCHMACK AUFGEDRÜCKT. HEUTE WIRD AUF DEN EINSATZ VON MARINADE WEITGEHEND VERZICHTET. DAS GRILLFLEISCH WIRD NUR NOCH LEICHT GESALZEN UND EVENTUELL ETWAS GEPFEFFERT. DAMIT DAS FLEISCH NICHT AUF DEM ROST KLEBEN BLEIBT KANN ENTWEDER DER ROST ODER DAS FLEISCH LEICHT MIT ÖL BEPINSELT WERDEN.

FLEISCH WÜRZEN

WENN ÜBERHAUPT, DANN EMPFIEHLT ES SICH AUF DEM TISCH SALZ UND PFEFFER BEREIT ZU STELLEN DAMIT JEDER GAST DAS FLEISCH NACH SEINEM GESCHMACK MIT GEWÜRZ ABSCHMECKEN KANN. BESONDERS ANGESAGT SIND SAUCEN AUF DEM TISCH MIT WELCHEN DER GAST DEN FLEISCHGENUSS INDIVIDUELL ABSCHMECKEN KANN.

AM GRILL

DAS FLEISCH IMMER BEI VOLLER HITZE AUF DEN ROST LEGEN. DIE FLEISCHPOREN SOLLEN SCHNELLSTMÖGLICH VERSCHLOSSEN WERDEN UND DER FLEISCHSAFT SOLL NICHT ABTROPFEN. DAS GRILLFLEISCH NIE MIT EINER GABEL ODER ÄHNLICHEM WERKZEUG EINSTECHEN. ZUM WENDEN AM BESTEN EINE GRILLZANGE VERWENDEN. DAS FLEISCH NICHT DAUERN WENDEN UND DREHEN. DER RICHTIGE ZEITPUNKT FÜR DAS WENDEN IST KLAR ERKENNBAR. WENN AUF DER OBERSEITE DIE FLÜSSIGKEIT AUSTRITT, SOLL DAS FLEISCH AUF DEM ROST GEWENDET WERDEN.

REZEPTE

SUNSHINE CLUB – BBQ-EVENT – 22. AUG. 2015

GRUYÈRE IM SPECKMANTEL



GAS

GRILLEN

HÄPPCHEN

EASY FLIP - INDIREKT

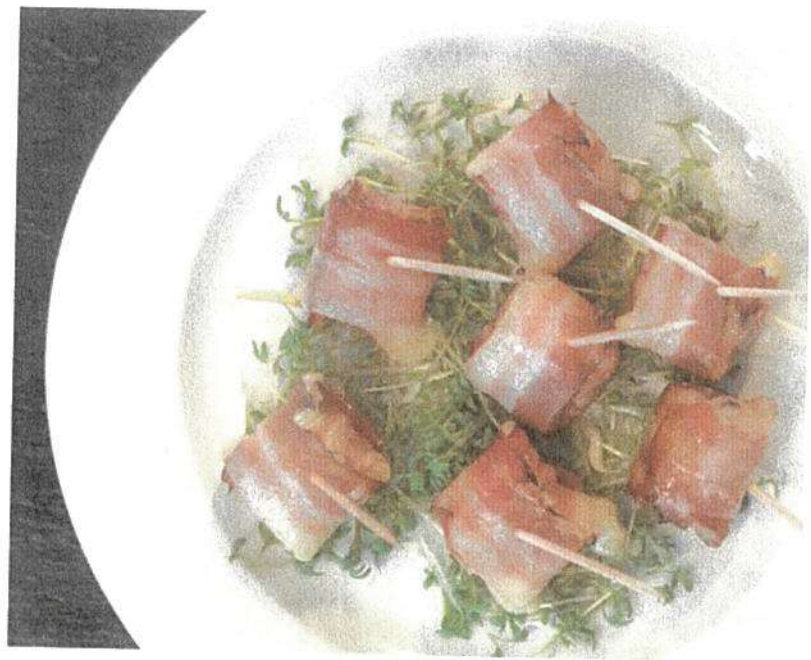
Indirekte Hitze

DECKEL

geschlossen

VORHEIZEN

5 Minuten auf mittlerer Stufe
bei geschlossenem Deckel



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 16 Stk Greyerzer-Käsewürfel
(Kantenlänge ca. 2 cm)
- 16 Tranchen Rohspeck (ca. 18
cm lang), halbieren
- 40 g Blütenhonig
- Pfeffer grobkörnig

VORBEREITUNG

Speckscheiben halbieren und die Hälfte davon auslegen. Die halben Speckscheiben mit etwas Honig bestreichen, mit Pfeffer würzen und einen Käsewürfel drauf setzen. Die Käsewürfel mit Speck umwickeln. Mit den restlichen halben Speck-Tranchen die offenen Seiten des Würfels umwickeln, sodass ein geschlossenes Päckchen entsteht, so dass der Käse beim Schmelzen nicht austreten kann.

ZUBEREITUNG

Käse-Speckwürfel auf das Lochblech legen und im vorgeheizten Grill ca. 4 Minuten bei 200° C indirekt grillen.

PFLAUMEN IM SPECKMANTEL



Zutaten für 4 Pers.:

- 2 Backpflaumen
(Getrocknete Pflaumen)
- 2 Frühstücksspeck

PIZZETTE

MIT SALAMI + MOZZARELLA



BIS 20 MINUTEN

BACKWAREN

HÄPPCHEN

EASY FLIP - INDIREKT

Indirekte Hitze

DECKEL

geschlossen

VORHEIZEN

10 Minuten auf mittlerer Stufe
bei geschlossenem Deckel



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 1 Portion(en) Pizzateig
- 40 g Tomatentapenade
- 8 Scheiben Salami oder Chorizo
Scheiben
- 8 dünne Scheiben Mozzarella
- 2 Zweige Oregano

VORBEREITUNG

Den Pizzateig auf bemehlter Arbeitsfläche 3 mm dick ausrollen. Rondellen von 6 bis 7 cm Durchmesser ausstechen. Ein wenig Tapenade auf den Teigondellen verstreichen, mit der Salami und der Mozzarella belegen. Oregano-Blättchen von den Zweiglein zupfen und darüberstreuen.

ZUBEREITUNG

Pizzetten auf dem vorgeheizten Stein legen und bei 250° C ca. 6 Minuten backen.

Quelle: outdoordief.com

FLAMMKUCHEN



Zutaten für 4 Pers.:

~ 400gr. Flammkuchenteig
2 Becher Sauer Halbbrunn
200gr. Kochschinken
1 Zwiebel

DRUMSTICKS

MARINIERT

POULETSCHENKEL



Für 4 Personen

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 20 Min., Marinieren: ca. 2 Std., Grillieren: ca. 35 Min.

Zutaten: 8 Poulet-Unterschenkel • 2 Knoblauchzehen • 1–2 cm Ingwer • 250 g Jogurt nature • 1 TL Korianderpulver • 1 TL Kurkuma • 1 TL Kardamompulver • 1 TL scharfer Paprika • 1 TL Garam Masala • ½ TL Salz • wenig Pfeffer
Dip: 1 Mango • ½ Bund Koriander • 1–2 EL Apfelessig • 1½ dl Kokosmilch • Salz und Pfeffer nach Bedarf • 2 EL geröstete Erdnüsse, gehackt • 1 EL Kokosflocken

Zubereitung:

Die Pouletschenkel rundum mit einem spitzen Messer mehrmals einstechen, nebeneinander in eine Schale legen. Knoblauch pressen, Ingwer fein reiben, mit dem Jogurt und den Gewürzen verrühren. Marinade über die Pouletschenkel

giessen. Zugedeckt ca. 2 Std. im Kühlschrank marinieren. Für den Dip die Mango in Stücke schneiden, mit Koriander, Essig und Kokosmilch fein pürieren, Dip würzen, bis zum Servieren zugedeckt kühl stellen.

Holzkohle-/Gas-/Elektrogrill: Pouletschenkel aus der Marinade nehmen, gut abtropfen, über mittelstarker Glut bzw. auf mittlerer Stufe rundum ca. 35 Min. grillieren, dabei mehrmals mit Marinade bestreichen. Pouletschenkel anrichten, mit Erdnüssen und Kokosflocken bestreuen, Dip dazu servieren.

Tipp: Ahornsirup (z. B. von Coop Naturaplan), Limettensaft, Sesamöl und wenig Cayennepfeffer als Marinade für die Drumsticks.

SATAY SPIESSLI

MIT ERDNUSSSAUCE



4 Pouletbrüstli (je ca. 150 g)

1 Esslöffel Sojasauce

1 Esslöffel dunkles Sesamöl

1 Teelöffel Tamarindenpaste

Erdnussöl zum Braten

1. Fleisch längs in ca. 1 cm breite Streifen schneiden, wellenförmig an 16 Holzspiesschen stecken.
2. Sojasauce, Öl und Tamarindenpaste verrühren, Fleisch damit bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Min. marinieren.
3. Poulet trockentupfen. Erdnussöl zum Braten in einer weiten beschichteten Bratpfanne erhitzen. Spiessli portionenweise beidseitig je ca. 3 Min. braten, warm stellen.

ERDNUSS-SAUCE

1,5 dl Kokosmilch

1 Esslöffel dunkle (dark) Sojasauce

60 g gesalzene Erdnüsse, gut abgespült, abgetropft

1 Schalotte, grob gehackt

1 Knoblauchzehe, grob gehackt

½ Teelöffel Korianderpulver

½ Teelöffel Kreuzkümmelpulver

Alle Zutaten zusammen pürieren, in einer kleinen Pfanne aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Min. einköcheln, bis die Sauce pastenartig ist. Lauwarm zu den Spiessli servieren.

CREVETTEN - SPIESSLI



300 g rohe Crevetten, geschält

kalt abspülen, abtropfen

1/2 Zitrone, wenig abgeriebene
Schale und Saft
1 Teelöffel **Sesamöl**
2 Esslöffel **saurer Halbrahm**
wenig **Cayennepfeffer**

4 Esslöffel **Sesam**

1 **Zitrone**, in Schnitzen

alles verrühren, mit den Crevetten mischen,
zugedeckt ca. 1 Std. im Kühlschrank
marinieren. Ca. 15 Min. vor dem Grillieren
herausnehmen, Marinade abstreifen,
beiseite stellen

Crevetten im Sesam wenden

abwechslungsweise mit den Crevetten auf
Spiesschen stecken

POULET BRÜSTCHEN GETÜLLT MIT PFLAUMEN + FRISCHKÄSE

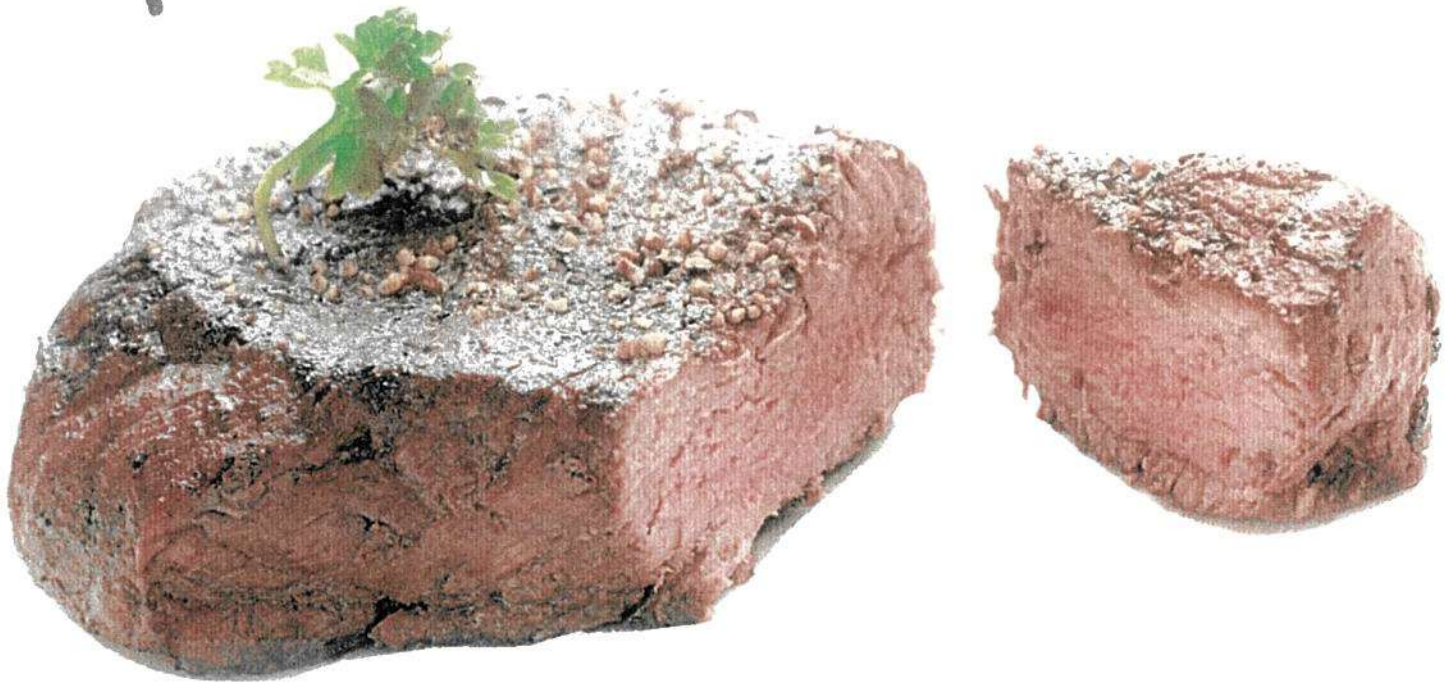


400g	Pouletbrüstchen / Hähnchenbrust
40g	Friskäse
20g	Pflaumen
12g	Geflügelgewürz
25g	Sonnenblumenöl

Pflaumen in kleine Stke schneiden und mit dem Friskäse vermengen. In jedes Poulet-brüstchen eine tiefe Tasche schneiden. Masse aus Friskäse und Pflaumen einfüllen. Mit Geflügelgewürz und Sonnenblumenöl marinieren. Damit der Friskäse nicht ausläuft die Brüstchen mit Metzgerschnur binden.

Pouletbrüstchen auf den vorgeheizten Grillrost legen und ca. 8 bis 10 Minuten bei 160° C grillen. Vor dem Aufschneiden kurz ruhen lassen. Mit dem Messer die Pouletbrüstchen aufschneiden und servieren.

RINDERFILET



- Rindersteak ca. 400 g für 2 Personen etwa 4 cm dick vom Metzger geschnitten
- Fleisch 1 Stunde vor dem Grillen aus dem Kühlschrank nehmen
- Gut mit Küchenpapier trocken tupfen
- Leicht mit Olivenöl bepinseln
- mit Meersalz und Pfeffer aus der Mühle leicht würzen
- Holzkohlegrill gut einheizen
- Bei voller Glut, es darf auch noch etwas Feuer haben das Fleisch auf den Rost legen
- Je nach Dicke hat das Fleisch nach 8 bis 12 Minuten die Kerntemperatur 70°C ist à point
- Auf dem Holzbrett aufschneiden und auf dem Teller anrichten

SPARERIPS VON KALB



Die Zutaten für das Finishing Glaze in einen Kochtopf geben, gut umrühren, kurz aufkochen lassen und 20 Minuten simmern lassen, hierbei immer wieder umrühren.

Silberhaut die den Spareribs mit einem Messer entfernen. Zwischen dem Knochenenden mit dem Messer etwas einschneiden.

Die Spareribs gut mit der Marinade bepinseln und dick in Aluminiumfolie zu Paketen einwickeln. Die Pakete 45 Minuten bei 150°C auf dem Grill im Outdoorchef garen.

Nach 45 Minuten die Pakete öffnen und die Spareribs nochmals mit der Finishing Glaze bepinseln. Nun die Spareribs auf den Holzkohलगrill bei starker Glut grillieren. Nach 15 Minuten haben die Spareribs eine intensive Farbe und sind bereit zum Servieren.

2 Tassen Tomatenketchup

½ Tasse Brauner Zucker

½ Tasse Honig

2 El. Essig

2 El. Senf

2 El. Zitronensaft

2 El. Worcestershiresauce

3 El. Paprikapulver edelsüß

2 Tl. Zwiebelpulver oder frische Zwiebel ganz fein gehackt

1 Tl. Knoblauchpulver oder frischer Knoblauch gepresst

1 T. Meersalz

1 Tl. Nelkenpulver

1 Tl. Pfeffer gemahlen

Etwas Apfelsaft

SCHWEINS KOTELETTE AM STÜCK



Zutaten gut zu einer Marinade mischen. Das Fleisch mit $\frac{1}{2}$ der Marinade marinieren. Fleischstück ein Folie einpacken und mind. 1 Stunde ruhen lassen.

Den Rest der Marinade mit 1 dl Dunkelbeer oder Starkbeer aufgießen. Die Marinade vor dem Grillieren abtupfen. Fleischstück bei voller Hitze auf den Rost über die Glut legen. Es darf auch etwas Feuer haben. Das Fleischstück rundum gut über dem Rost anbraten. Danach das Fleisch vom Rost nehmen und auf dem Outdoorchef bei 140°C langsam durchgaren lassen. Mit dem Pinsel immer wieder etwas Marinade nachlegen. Bei Kerntemperatur 85°C vom Grill nehmen und aufschneiden.

Mit einem Messer Kotelette zwischen dem Knochen einschneiden.

- 4 Zweige grob gehackter Thymian
- 2 geschälte, gehackte Knoblauchzehen
- fein geriebene Schale von $\frac{1}{2}$ Zitrone
- $\frac{1}{2}$ TL zerdrückte, weisse Pfefferkörner
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Meersalz

LAMMRACK

MIT ORIENTALISCHER KRUSTE



20 g	Fleischgewürz
40 g	Kürbiskerne
40 g	frische Aprikosen
5 g	Minzblättchen
15 g	Petersilie
1 Stk	frischer Peperoncino
1 Stk	Limette, Zesten und Saft
30 g	Oliveöl
40 g	Paniermehl

Lammracks mit rund zwei Drittel des Fleischgewürzes einreiben und mindestens eine Stunde ruhen lassen. Kürbiskerne fein hacken. Aprikose halbieren und entsteinen, in Würfelchen schneiden. Minze und abgezupfte Petersilie hacken. Peperoncino aufschneiden, eventuell entkernen, Hälften in Streifen schneiden. Alle Zutaten mit dem restlichen Fleischgewürz zu einer Panade mischen. Panade auf der gewölbten Seite (siehe Bild) der Lammracks auftragen, gut andrücken.

Lammracks im vorgeheizten Grill bei 180 °C ca. 30 Minuten indirekt grillen, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 53 °C hat. Vom Grill nehmen. Vor dem Aufschneiden etwa 6 Minuten zugedeckt ruhen lassen. Mit dem Messer aufschneiden und servieren.

T-BONE STEAK



BIS 20 MINUTEN

FLEISCH

HAUPTSPEISE

EASY FLIP - DIREKT

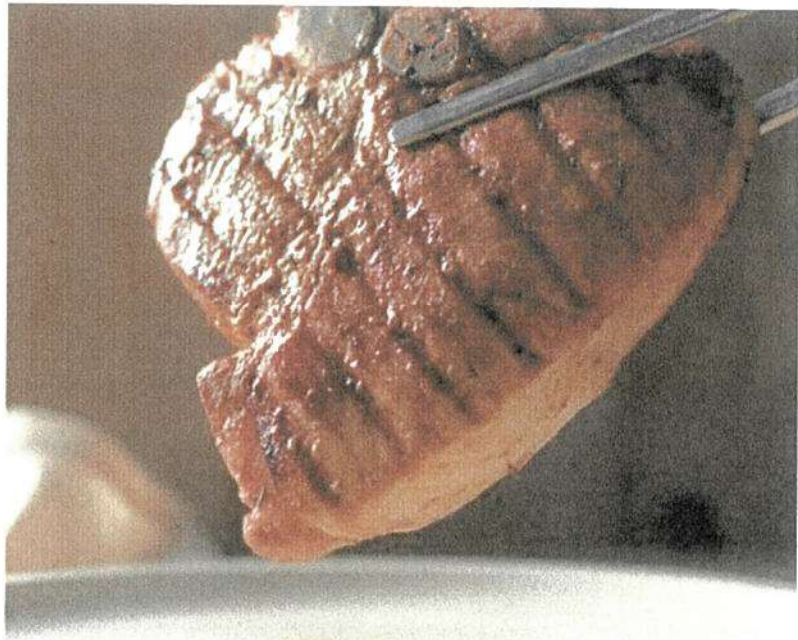
Direkte Hitze

DECKEL

offen

VORHEIZEN

10 Minuten auf höchster Stufe bei geschlossenem Deckel



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 2 Stk T-Bone Steaks à ca. 700 g
- 3 g schwarze Pfefferkörner, zerstoßen
- etwas Meersalz

VORBEREITUNG

Das Fleisch 2 Stunden vor dem Grillen aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Zimmertemperatur erreicht.

ZUBEREITUNG

Die Steaks bei starker Hitze 3 bis 4 Minuten auf der Grillplatte grillen, dann wenden und die andere Seite 3 bis 4 Minuten grillen bis das Steak eine Kerntemperatur von 51° C erreicht. Vor dem Servieren noch rund 5 Minuten ruhen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

TIPP

Zweiteiliger Grillrost - Funnel indirekte Hitze Grillplatte - Funnel direkte Hitze

Quelle: outdoorchef.com

PILZE + ZUCCHETTI MIT KÄSE ÜBERBACKEN



PILZE

- Champignon
- Chilli-Weichkäse

ZUCCHETTI

- Zucchini
- Appenzeller Käse

PEPERONI SCHIFFCHEN

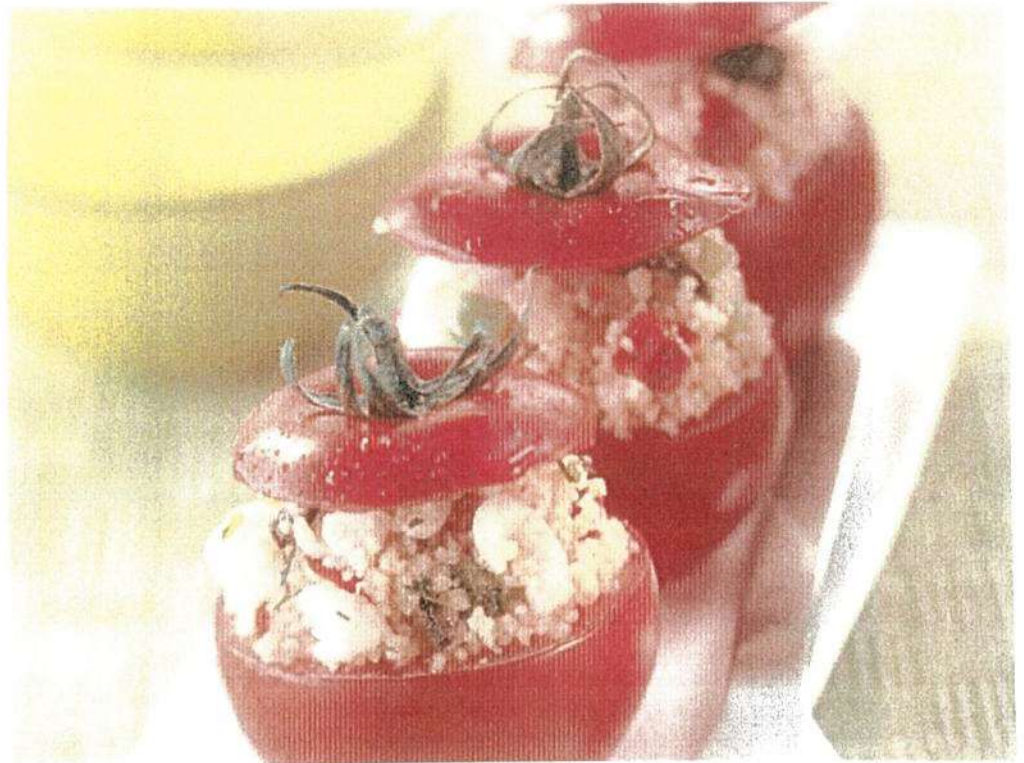


Für 4 Personen:

- 2 Peperoni
- 3 Tomaten
- 1 Zwiebel
- Etwas frische Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Basilikum)
- Wenig Salz, Pfeffer, Paprik

1. Die Peperoni waschen, halbieren, Kerne entfernen. Unten ein kleines Kreuz einschneiden, damit später der Saft entweichen kann.
2. Tomaten, Zwiebeln und Lustenberger 1862 fein schneiden und mit den Gewürzen vermischen.
3. Die Masse in die Peperoni-Hälften füllen.
4. Die Peperoni möglichst am Rand der Grillkohle auf den Grillrost legen, damit diese nicht verbrennt. Peperoni kann auch im Backofen bei Umluft und 200 °C während 10 Minuten heiss gemacht werden.

GEFÜLLTE TOMATEN

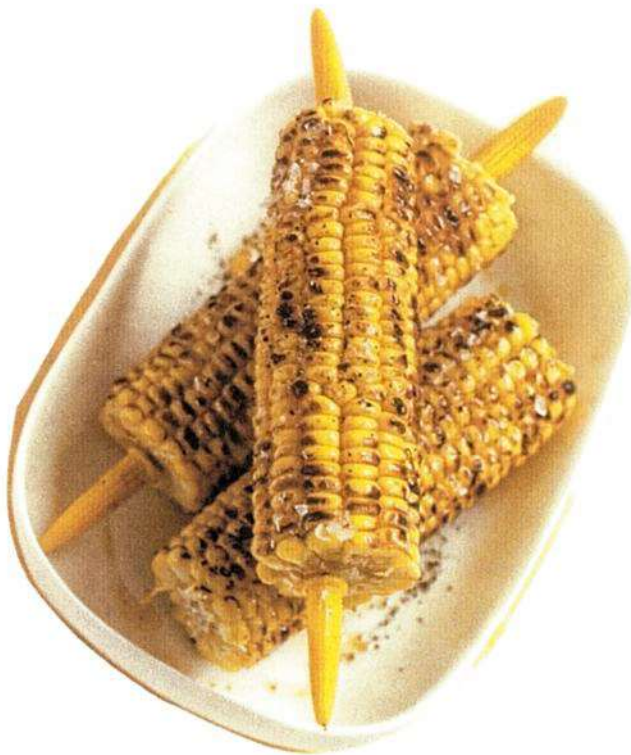


4	Fleischtomate(n)
2 Scheibe/n	Schinken, gekochten
etwas	Parmesan
	Oregano
	Salz
	Pfeffer
	Öl (Olivenöl)
4	Ei(er)

Gasgrill auf 200 Grad vorheizen.

Den Deckel von den Tomaten ausschneiden, Fleisch mit einem Löffel herausholen. Die Tomaten aussen mit Öl befeuchten, innen mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Den Schinken in kleine Stücke schneiden und zu gleichen Teilen in die Tomaten füllen.

In jede Tomate ein komplettes Ei schlagen und anschl. mit Parmesan bestreuen. Eine feuerfeste Form mit Öl einreiben, die Tomaten hinein und dann für 30 min. braten lassen. Fertig.



BBQ - MAISKOLBEN (CORNCOBBS)

Für 4 Personen

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 10 Min.

Kühl stellen: ca. 2 Std, **Grillieren:** ca. 6 Min.

Zutaten: 2 Knoblauchzehen • 1 TL Edelsüss-Paprika • 2 Msp. Chiliflocken • 2 Msp. Kräutersalz • 100 g Butter, weich • 8 vorgekochte Zuckermaiskolben • wenig Meersalz und Pfeffer

Zubereitung:

Knoblauch fein hacken, mit den Gewürzen zur Butter geben, gut verrühren, zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Std. fest werden lassen.

Holzkohle-/Gas-/Elektrogrill: Maiskolben über starker Glut bzw. auf hoher Stufe rundum 5-6 Min. grillieren. Vor dem Servieren mit Meersalz und Pfeffer bestreuen, die Chili-Butter dazu servieren.

Tipps: Maiskolben nicht zu lange auf dem heißen Grill lassen; sie werden sonst hart und trocken. Um die Grillzeit kurz zu halten, können die Maiskolben vor dem Grillieren im heißen Wasser vorgewärmt werden.



PANIERTE CHIPS (WEDGES)

Für 4 Personen

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 30 Min.

Zutaten: 1 kg mehligkochende Kartoffeln • Öl zum Frittieren • 1 Eiweiss • ca. 60 g Paniermehl • 1 TL Edelsüss-Paprika • 1 TL Salz • wenig Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln waschen, mit der Schale in Schnitze schneiden. Öl auf ca. 120 Grad erhitzen, Kartoffeln portionsweise je ca. 4 Min. vorfrittieren, herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen und auskühlen lassen. Eiweiss in einem tiefen Teller verklopfen. Paniermehl mit den Gewürzen vermischen. Kartoffeln zuerst im Eiweiss, dann im gewürzten Paniermehl wenden. Öl auf ca. 180 Grad erhitzen, Kartoffeln portionsweise je 3-4 Min. fertig frittieren, auf Haushaltspapier abtropfen lassen, servieren.

BBQ - SAUCEN

CHILI - SAUCE



Zutaten: 4-5 rote Chilis • 1 rote Peperoni
• 2 ½ dl Wasser • 2 EL Rotweinessig
• 2 EL Limettensaft • 50 g Rohrzucker
• 2 Knoblauchzehen • 1 ½ EL Sojasauce

Zubereitung:

Chilis längs halbieren, entkernen, fein hacken, Peperoni in Würfel schneiden. Beides mit Wasser, Essig, Limettensaft und Zucker in eine Pfanne geben, Knoblauch dazupressen. Aufkochen, Hitze reduzieren, ca. 15 Min. köcheln. Sauce auskühlen lassen, Sojasauce begeben.

CATÉ - DE - PARIS



Zutaten: 1 Knoblauchzehe • einige Estragonblättchen • 6 EL Oliven-öl • 1 TL Senfkörner • 2 Kaffeebohnen • ½ TL mil-der Curry • 3-4 weisse Pfefferkörner • 1 TL grobes Steinsalz • ¼ TL edelsüßer Paprika

Zubereitung:

Knoblauch in Stücke und Estragon fein schneiden. Beides mit Senfkörnern, Pfefferkörnern, Kaffeebohnen und Gewürzen in einem Mörser fein zerstoßen, am Schluss alles mit dem Öl verrühren.

Passt zu: Rindersteaks vom Grill. Diese mind. 2 Std. zugedeckt im Kühlschrank (oder besser über Nacht) marinieren.

SENF BUTTER MIT MEERSSALZ



Zutaten: 100 g weiche Butter • 2 Thymianzweiglein • 1 TL grobkörniger Senf • 1 TL mittelscharfer Senf • Meersalz und Cayennepfeffer nach Bedarf

Zubereitung: Butter mit einem Schwingbesen glatt rühren. Thymian fein schneiden, mit dem Senf zur Butter geben, verrühren, würzen. Butter in Schälchen füllen, bis zur Verwendung zugedeckt in den Kühlschrank stellen (ca. 1 Woche haltbar).

Passt zu: grilliertem und gebratenem Rind-, Lamm- oder Kalbfleisch oder zu Fisch.



HAMBURGER

SELBST GEMACHT

Für 4 Personen

Vor und Zubereitungszeit: ca. 30 Min., **Grillieren:** ca. 6 Min.

Zutaten: 600 g Hackfleisch (Rind) • 1 kleine Zwiebel
 • 1 Knoblauchzehe • 1 roter Chili • 1 TL Salz • wenig Pfeffer
 • 2 grosse Tomaten • 1 grosse rote Zwiebel • 4 Hamburger-Buns mit Sesam • 1 EL Mayonnaise • 4 Kopfsalatblätter
 • 2 EL scharfe Mexican-Salsa • 8 Scheiben Schmelzkäse (z. B. Appenzeller) • wenig Salz und Pfeffer

Zubereitung: Hackfleisch in eine Schüssel geben. Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Chili längs halbieren, entkernen, fein hacken. Alles zum Fleisch geben, würzen, gut verkneten. Mit nassen Händen aus der Masse 8 Burger formen. Tomaten in Scheiben, Zwiebel in Ringe schneiden.

Holzkohle-/Gas-/Elektrogrill: Buns halbieren, Schnittflächen auf dem Grill leicht rösten. Burger über starker Glut bzw. auf hoher Stufe beidseitig je ca. 3 Min. grillieren.

Servieren: Die Böden der Buns mit etwas Mayonnaise bestreichen und mit je einem Salatblatt belegen. Je einen Burger auf den Salat legen, mit etwas Salsa bestreichen, je eine Käsescheibe darauflegen. Wieder einen Burger, etwas Salsa und eine Käsescheibe darauflegen, dann Tomatenscheiben und Zwiebelringe darauf verteilen, würzen und die Deckel aufsetzen.

