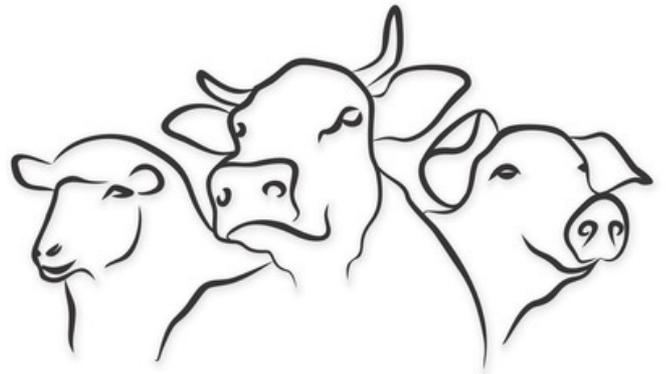


Steak und Grill

LOUNGE 81
restaurant und kunst



Grill - Aperitif

Das Lamm geschmort

Die Lachsforelle am Spiess auf dem Salzstein

Das Schwein pulled und gegrillt

Das Rind gegrillt, gewickelt und geräuchert

Das Huhn indisch gegrillt

Das Biogemüse geräuchert und gegrillt mit Ziegenkäse

Verschiedene Salate, Grillsaucen und Gewürzmischungen

Gegrillte Pfirsiche mit Himbeereis



Nach dem ca 3 stündigen Kochen gemeinsames Essen, Kochkurs
inklusive Rezeptheft und Schürze

Lamm im Dutch Oven

Für alle die Lamm so gerne mögen wie ich, den Dutch Oven anheizen, dazu verwendet man so viele Kohlen wie unter ihm passen. Die Keule salzen und mit Rosmarin einreiben.

Anschließend, wenn das Olivenöl gerade anfängt leicht zu rauchen, geben wir das Lammfleisch, mit der Fettseite zuerst, in den Dutch Oven und braten das Fleisch ca. 2 min. von jeder Seite an.

Anschließend wird die Keule herausgenommen und das ganze Gemüse mit den Gewürzen kurz für einige Minuten zum Anbraten hineingegeben.

Dann geben wir die Keule wieder in den Dutch Oven. Einfach auf das Gemüse obendrauf legen. Nun wird mit der Flasche Rotwein aufgefüllt.

Ich habe ca. 10-15 Kohlen auf dem Deckel liegen gehabt und 5 unter ihm. Das Fleisch sollte so zart werden, dass man es nicht mehr mit einer Fleischgabel herausheben kann. Mit der Kohlenanzahl nach Gefühl variieren!



Zutaten

- 1 & 1/2 kg Lammkeule
- 10 Stk. Kartoffeln (mittelgross, halbiert)
- etwas Olivenöl
- 10 Stk. Knoblauchzehen
- 1 Stk. Chili (mild)
- 2 Stk. Zwiebeln (rot)
- 100 g Oliven
- 2 Stk. Paprika
- 2 Stk. Karotten
- etwas Rosmarin
- etwas Pfeffer
- etwas Salz
- etwas Lorbeerblatt

Zutaten:

400 g Lachsforellenfilet

1 Krauthäuptlsalat

2 Tomaten

1 Knoblauchzehe

10 g Ingwer

1 rote Zwiebel

1 Bund Schnittlauch

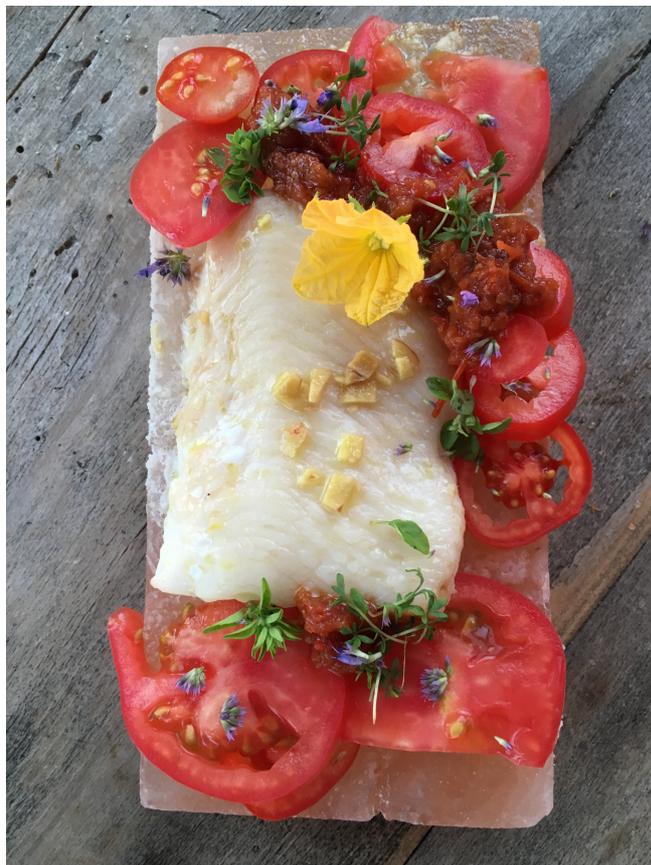
Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

4 Stangen Zitronengras

4 Wraps

süß scharfe Sojamarinade (Rezept siehe unten)



Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Tomaten putzen und in Scheiben schneiden. Knoblauch, Ingwer und Zwiebel schälen und hacken. Mit dem Fischfilet in der Küchenmaschine zerkleinern. Schnittlauch fein schneiden und unterheben. Mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Masse Rollen formen und auf die Zitronengrasspieße stecken.

Denn Grill auf indirekte Hitze vorbereiten. Die Kebaps von beiden Seiten gleichmäßig garen.

Wraps kurz am Grill anrösten. Die Kebaps am heißen Salzstein mit Salat und Tomaten und Sojamarinade servieren.

Für die Sojamarinade Ingwer, frischen Thaichili, Limettensaft und Sojasauce mixen.

2 Limetten

1 Thaichili

250 ml Sojasauce

1 daumengroßes Stück Ingwer

falls zu scharf mit Honig nachwürzen

Pulled Pork (Quelle Wikipedia)

Pulled Pork aus dem Schweinenacken beim Zerrupfen

Pulled Pork ist ein Gericht des klassischen Barbecues nach nordamerikanischem Vorbild. Als Fleisch finden für gewöhnlich Schweineschulter (mit Knochen) oder Schweinenacken Verwendung. Zusammen mit Spareribs und Beef Brisket bildet das Pulled Pork die Holy Trinity („Heilige Dreifaltigkeit“) des Barbecues.[1]



Zubereitung

Pulled Pork ist ein typischer Vertreter des sogenannten Low-&Slow-Garens, also ein bei niedriger Temperatur langsam gegartes Fleisch. Klassischerweise wird es in einem Barbecue-Smoker zubereitet. Der leichte Rauch sorgt für den typischen Barbecuegeschmack.

Das Fleisch kann vor dem Garen leicht eingeölt werden (zur besseren Haftung der Gewürzmischung und zum Freisetzen der Aromen in der Gewürzmischung), wird dann mit einer Gewürzmischung (Rub) eingerieben und in der Regel 24 Stunden im Kühlschrank zum Marinieren aufbewahrt. Nach dem Einheizen des Smokers und Einregeln auf eine Temperatur zwischen 100 und 130° Celsius wird das Fleischstück aufgelegt. Während der Garzeit von 10 bis 15 Stunden werden nach manchen Rezepten Würzsoßen aufgetragen.

Am Ende der Garzeit kann das Fleisch mit einer Barbecue Sauce glasiert werden. Das lange Garen bei niedriger Temperatur bedingt eine Auflösung bzw. eine Hydrolyse des im Bindegewebe vorhandenen Kollagens und macht das Fleisch so zart, dass es anschließend in kleine Stücke zerfällt oder zerpulft (englisch to pull: ziehen, zupfen) werden kann. Serviert wird Pulled Pork normalerweise auf einem Hamburgerbrötchen zusammen mit Barbecue Sauce und Coleslaw oder mit Reis und anderen Beilagen auf einem Teller.

Gefülltes Rinderfilet im Ganzen gegrillt

Zutaten:

1 ganzes Rinderfilet

200g Mozzarellascheiben

200g Speckscheiben

Spinatblätter (20 Stück)

Garn

Salz, Pfeffer, Öl



Rinderfilet der Länge nach aufschneiden, wie eine Tasche , mit allen Zutaten füllen und mit Garn wieder in Form binden.

Am Griller indirekt grillen ca 10 min /Seite, je nach gewünschtem Gargrad.

Am besten bis Temperatur im Inneren 62 Grad erreicht.

Mit Salat und gegrilltem Brot servieren.

Dazu passt Kräuter-Kapernsauce oder Salsa.

Biohendl tandoori

750 g Biohendlkeulenschnitzel in Würfeln schneiden und auf 12 Holzspieße aufstecken.

Für die Marinade 1/2 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 EL frischen Ingwer, 2 EL Zitronensaft, 3 TL Koriander gemahlen, 3 TL Kreuzkümmel gemahlen, 3 TL Garam Masala 90 g Joghurt und 1 TL Salz in der Küchenmaschine zu einer Sauce verarbeiten.

Die Spieße über Nacht in der Marinade ziehen lassen .

Am Grill oder in Öl bei starker Hitze anbräunen und ca 10 Minuten auf beiden Seiten braten.



Als Curry bereite ich Biohendl auch gerne zu, einfach Hendlstücke im Öl anbraten, gehackten Ingwer, Zwiebel und Knoblauch dazu. Mit ca 200 ml Kokosmilch ablöschen, 1 TL Kurkuma und Gewürze dazugeben (auch Chili , falls man es scharf möchte) und einkochen lassen. Mit Joghurt und Reis servieren.



Sommersalat:

Taboule (Quelle Wikipedia):

Taboulé (auch Tabouleh oder Tabbouleh; arabisch تبولة, tabbūla)[1] ist ein Salat aus der arabischen und speziell der libanesischen Küche. Im deutschen Sprachraum wird er auch als Bulgursalat bezeichnet. Die türkische Variante nennt sich Kısır (Kisir).

Taboulé besteht aus glatter Petersilie und feinem Bulgur (oder Couscous) sowie Tomaten, Frühlingszwiebeln oder Schalotten, Olivenöl, etwas Wasser und Zitronensaft. Gewürzt wird Taboulé mit frischer Pfefferminze sowie Salz und Pfeffer.

Zur Zubereitung wird der Bulgur in kaltem oder lauwarmem Wasser eingeweicht, überschüssiges Wasser wird abgepresst. Die Petersilie, die Frühlingszwiebeln und die Minze werden grob geschnitten, die Tomaten überbrüht und in kleine Würfel geschnitten. Für das Dressing wird Zitronensaft mit Olivenöl, Salz und eventuell trockener Minze vermischt, danach wird es mit dem Bulgur und den anderen Zutaten vermengt, der Salat abgeschmeckt und angerichtet.

Taboulé wird als Vorspeise (Mezze) oder als Zwischenmahlzeit serviert, bisweilen kommt er als Beilage, etwa zu Fisch, auf den Tisch und kann auch als Hauptspeise angeboten werden. Traditionell wird der Salat auf Blättern von Römersalat gegessen, seltener mit Brot oder allein.



Von cyclonebill - Tabbouleh, CC BY-SA 2.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=8818537>

Gegrillte Pfirsiche mit Himbeereis



2 Weinbergpfirsiche
200 ml Zitronen (Saft)
Staubzucker

300g TK Himbeeren
150ml Schlagobers
100g Zucker
Minze

Die Pfirsiche halbieren, den Kern entfernen, die Hälften mit Staubzucker überstreuen, mit ein wenig Saft einer Zitrone beträufeln und auf einen Bratrost legen.

Vorsichtig grillen, so dass der Staubzucker karamellisiert.

TK Himbeeren und Zucker im Mixer mixen, bis die Himbeeren grob zerkleinert sind. Während der Mixer läuft, langsam das Schlagobers hineingießen und mixen, bis alles gut vermischt ist. Sofort servieren oder einfrieren – das Eis hält sich bis zu 1 Woche.

Jeweils eine Pfirsich-Hälfte mit einer Kugel Eis befüllen und mit Minze und Himbeermark garnieren.

Weitere Rezepte für Saucen und Gewürzmischungen siehe kleines Heft !