beef.de

BEEF!

MÄNNER KOCHEN ANDERS

12,50 € ■ 4/2022
ÖSTERREICH 14 €, SCHWEIZ 20,50 SFR,
BENELUX 14 €, ITALIEN 15,20 €,
SPANIEN 15,20 €

Schwing die Keule!
UNSCHLAGBAR: HAXEN VON LAMM, SCHWEIN UND EIN 35-KILO-SCHENKEL VOM RIND

DIE WHISKEY-REBELLEN
Durch die Nacht mit Amerikas Moonshine-Brennern

Wir haben Sommer-Rippe!
GRILL-COUNTDOWN: SPARERIBS NACH DER 3-2-1-METHODE

Auf unserem Sommergarplan ganz oben: das Flank Steak – zart, saftig und unfassbar heiß

Voll auf Hack!
UNSER GROSSES GRILLMENÜ ZUM AUSKLAPPEN: BBQ-SPIESSE VOM WASSERBÜFFEL

ZART AM LIMIT

Es gibt unseren neuen Lieblings-Cut, das Flank Steak. Und außerdem Brisket, Pulled Reh – und BEEF!-Brot

S TK 421

Nächste Bergetappe? Los!

Die neue T-Klasse. Bringt Sie und Ihr Equipment an den Start für jede Herausforderung.
#lifegetsbig
Mehr unter
mercedes-benz.de/t-klasse

Frankfurter Allgemeine

Weil ich an den Finanzmärkten nicht nur Anleger sein will, sondern Gewinner.

**Jetzt die F.A.Z. abonnieren und von Märkten profitieren.
Ab 30,90 Euro/4 Wochen. Mehr auf freiheitimkopf.de**

Freiheit beginnt im Kopf.

GESAGT

Das Flank Steak ist der Dirk Nowitzki der Steaks: groß, unkompliziert und bei den Amerikanern ein Superstar.
Rezepte ab Seite 30

Mein Lieblings-Cut

Heute müssen wir uns einmal einer wirklich wichtigen Frage widmen: Ist ein Leben ohne Flank Steaks sinnvoll? Ich glaube nicht. Möglich ist es allerdings, denn ich bin erst vor etwa 20 Jahren mit diesem besonderen Cut in Berührung gekommen. Während eines USA-Aufenthalts habe ich bei einem Barbecue dieses besonders kräftige, geschmacksintensive und grobfaserige Stück Rindfleisch genießen dürfen.
Heute habe ich eigentlich immer ein Flank Steak vorrätig. Es ist mein Alltags-Cut, meine Allzweckwaffe gegen die schnelle Grilllust, mein ständiges Kommt-alle-an-den-Tisch-Angebot an die Familie. Und jetzt ist das Flank Steak zum ersten Mal auch das Titelthema einer BEEF!-Ausgabe.
Dabei hat es dieses schöne Stück Fleisch in Deutschland gar nicht so leicht. Es stammt aus dem Bauchlappen des Rindes, was ja erst mal nicht so attraktiv klingt, und landete über Jahrzehnte in der Wurst. Erst seit wenigen Jahren (und nicht zuletzt durch Kenner wie Sie und Medien wie BEEF!) bekommt das Flank Steak die Aufmerksamkeit, die ihm gerecht wird.
Es hat ja auch so viele gute Eigenschaften: Mit einem großen Flank Steak kannst du eine ganze Familie satt machen. Es lässt sich unkompliziert grillen. Es ist überall gleich dick, sodass man seine liebste Garstufe problemlos erreichen kann. Wenn mal etwas übrig bleibt, dann schmeckt es in Tranchen geschnitten am nächsten Tag auf dem Salat. Und es ist auch in richtig guter Qualität noch absolut bezahlbar.

Feiern Sie mit uns die Flanke!
Viel Spaß mit dieser Ausgabe

Jan Spielhagen

Wie gefällt Ihnen diese BEEF!-Ausgabe?
Bitte schreiben Sie mir an spielhagen@beef.de
oder über facebook.com/beef.de,
oder twittern Sie @JanSpielhagen

TITEL & EDITORIAL FOOD-BILD: REINHARD HUNGER; FOODSTYLING: RAIK HOLST/BEIDE FÜR BEEF!
PORTRÄTBILD: DAVID MAUPILÉ FÜR BEEF!

SERVIERT

10 ZUSCHNAPPEN!
Kubas Eminente-Rum kommt im luxuriösen Kroko-Look daher

28 LUCKI STRIKES!
BEEF!-Kolumnist Lucki Maurer über die Gerichte seiner Kindheit

30 LIEBE GEHT DURCH DEN MAGEN
Unser neuer Liebling: das Flank Steak aus dem Bauch von Rind, Schwein oder Bison

54 AUSSEN HUI, INNEN AUCH!
Wir haben pikante Paprikaschoten mit Schweinebauch, Kalbfleisch und Wolfsbarsch gefüllt

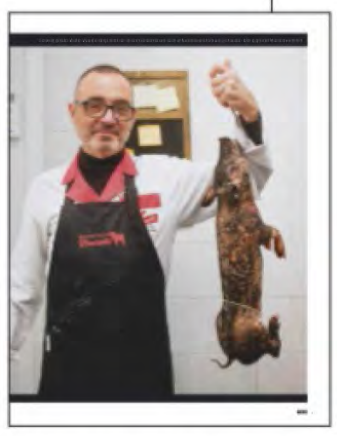
S. 5 *Editorial*
S. 11 *Fischer des Monats*
S. 12 *Männerspielzeug des Monats*
S. 14 *Marmor des Monats*
S. 15 *Begehrlichkeiten des Monats*
S. 20 *Gute Taten des Monats*
S. 22 *Gewürz des Monats*
S. 26 *Recycling des Monats*

24 VON WOLLSCHWEIN BIS KAISER-PINGUIN
Die BEEF!-Infografik zum Thema „dick und dünn“

70 EIN BEIN KOMMT SELTEN ALLEIN
Keulen vom Rind, Truthahn, Lamm oder Wildschwein – wir haben nicht nur einen Lauf, sondern gleich mehrere

8 FRAGEN ÜBER FRAGEN
Wie schmeckt Inuit-Eis? Oder: Welches Messer schneidet am besten ab?

16 ROCK 'N' ROLLER
Mediterran, mariniert oder mit Musik: drei schnelle Gerichte mit Harzer Käse



42 DER RINDER-GÄRTNER
Der italienische Metzger Walter Vivarelli kämpft auf Sardinien für den Erhalt aussterbender Viehrassen

48 KALBHERZIG
Sie sind mehr als nur Schnitzelfabriken: Wie die Zukunft der Kälberzucht aussehen müsste

84 ICH GLAUB', ES HACKT!

Ihre Gäste werden ausrasten vor Freude: unser großes BBQ-Menü mit saftigen Büffel-Spießen, Peperoni und Ananas vom Grill

100 PROBE-ALARM!

Bitte?! Ein Backofen, in dem sich bei 700 Grad Steaks grillen lassen? Das testen wir doch gleich mal aus!

134 SAUER MACHT KRUSTIG

Knuspriges Ciabatta, knackige Brötchen, gegrilltes BEEF!-Brot: Mit unseren Sauerteigrezepten geht Ihnen was auf!

158 COUNTDOWN ZUM GENUSS

Räuchern, Dämpfen und Glasieren: mit der 3-2-1-Methode zu den perfekten Spareribs

170 LOKAL-PATRIOTEN

Er und Sie wollen in der Gastronomie groß rauskommen

87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170

S. 99 Impressum/Fachhändler

S. 168 Leser-Mails

128 DER MIX MACHT'S!

Warum das Abmischen von Cuvées unbedingt zum Handwerk eines jeden guten Winzers gehört

164 SPIEL'S NOCH EINMAL, BEEF!

In unserem Store legen wir die größten Sommerhits auf

104 PACK'S AN, MANN!

Von Ribs mit Apfel-BBQ-Kruste bis Wolfsbarsch im Salzmantel: sechs raffinierte Köstlichkeiten, die eine feste Hand brauchen

150 DEN MONDSCHEIN WAHREN

Wo der „Moonshine" nie aufhörte zu leuchten: auf der Suche nach dem legendären Whiskey durch die USA

TIERE ACHTEN

ALLES AUFESSEN

UMWELT SCHONEN

MÜLL VERMEIDEN

ES GRÜNT SO GRÜN!

Auch in diesem Heft finden Sie wieder unsere Rubriken für nachhaltiges Grillen, gekennzeichnet mit grünen Logos

WIE SCHMECKT EIGENTLICH

INUIT-EIS?

Genau wie wir lieben auch die Ureinwohner Alaskas Eiscreme – und machen sie in zahllosen Geschmacksvariationen. Aber mit ganz eigenen Zutaten – wie Fischrogen

Der Name passt: Akutaq – ausgesprochen Agudik – nennen die Inuit ihre Eiscreme, was so viel wie „Mischung" heißt. Und die hat's in sich: Denn die Grundmasse besteht natürlich nicht aus Milch und Sahne, sondern traditionell aus dem Fett von Karibus, Bären oder Elchen und dem Öl von Robben, Walrössern oder Walen. Und so geht's: Das Fett wird in kleine Stücke geschnitten, erwärmt und dann mit dem Öl vermengt. Danach wird alles verrührt und mit Schnee – oder Wasser – zu einem Schaum aufgeschlagen. Zuletzt kommen die Aromastoffe hinzu, ganz nach Region und Saison. Blaubeeren oder Cranberrys geben dem Eis eine süße Note – ein salzig-öliger Grundgeschmack aber bleibt. Wir würden es Gelato al olio nennen.
Deftige Varianten gibt es auch, mit Wildfleisch oder Fisch – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. So ist überliefert, wie bei einem Kochwettbewerb im Jahr 1842 die Köchinnen, angefeuert von ihren Männern, alles Mögliche in den Mix warfen: Tierblut, Biberfleisch, Vogeleier. Heute wird statt Fett und Öl Backfett benutzt und auch Zucker. Aber das einfachste Rezept ist immer noch das ursprünglichste, wie es einst die Fischer praktizierten: Man fängt einen Fisch, entnimmt den Rogen. Legt ihn in einen Schneehaufen, mischt alles auf – fertig ist die Eiscreme.

Ist das bei uns erlaubt? Ja. Sie müssen für das Fett ja nicht unbedingt eine Robbe jagen.
Wo gibt's das? Nach altem Originalrezept wirklich nur in Alaska und Kanada.
Was trinkt man dazu? Wir nehmen darauf einen „Yukon Jack Fire"-Whisky-Likör – aber ohne Eis! 50 % Vol., 1 l, ca. 37 Euro, über whisky.de

NÄCHSTE FOLGE: GNU

UND WIE SCHNEIDEN SIE AB?

Mit diesem Chefmesser jedenfalls bestens! Die junge Manufaktur Kleng erhielt dafür nicht nur den Red Dot Design Award – die 19 Zentimeter lange Klinge aus Solinger Stahl zeigt mit 57 HRC (Rockwell-Härte) auch, dass Sie in der Küche der Härteste sind. Griff aus Bambusholz, 199 Euro, kleng-manufaktur.de

WAS LÄUFT?

Designer Floris van Bommel ist leidenschaftlicher Koch, seine Männerküche haben wir in BEEF! schon vorgestellt. Nun machen es seine „Runner"-Sneakers allen leichter, die jeden Tag vom Grill zum Kühlschrank zum Weinkeller sprinten müssen. Läuft doch! Wildleder, mit Fußbett, ab ca. 176 Euro, de.florisvanbommel.com

HÄTTEN SIE'S GEWUSST?

28 Kilo

Tomaten isst der Deutsche jährlich pro Kopf – Lieblingsgemüse! Und da ist der Ketchup nicht mitgezählt …

WER SAGT'S DENN?

Als ihm wegen Lieferproblemen die Whiskey-Flaschen ausgingen, hatte Severin Simon eine Schnapsidee: Er liefert den „Bavarian Single Pot Still Whiskey" aus seiner Feinbrennerei im Spessart jetzt als „Notstandsabfüllung" aus – in Bierflaschen. Runter geht der auf irische Weise gebrannte Tropfen genauso gut. 40 % Vol., 0,5 l, 48 Euro, simon-brennt.de

FOTOS: HERSTELLER

KUNST FÜR JÄGER UND SAMMLER

HANDSIGNIERTE, LIMITIERTE KUNST ONLINE UND IN 22 GALERIEN WELTWEIT

Claudio Gotsch Ulana
Aufl. 150, handsigniert, 90 x 94 cm
Edition Nr. CGO108, unter Acrylglas, **849 €**

LUMAS ART EDITIONS GmbH, Ernst-Reuter-Platz 2 10587 Berlin.
Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Interior © riehmers-hofgarten-berlin.de

LUMAS.DE

BERLIN · LONDON · MIAMI · NEW YORK · PARIS · WIEN · ZÜRICH
DORTMUND · DÜSSELDORF · FRANKFURT · HAMBURG · HANNOVER
KÖLN · MANNHEIM · MÜNCHEN · STUTTGART

THE LIBERATION OF ART

LUMAS

GETRUNKEN

Die Krokoledertasche des Mannes. Eine luxuriöse Glaskaraffe mit geschmackvollem Reptilienmuster – und noch geschmackvollerem Inhalt: Der außergewöhnliche Auftritt des „Eminente Rum Reserva“ ist unübersehbar vom Herkunftsland Kuba inspiriert, das aufgrund seiner Umrisse auch „Isla del Cocodrilo“, „Krokodilsinsel“, genannt wird. Doch zum Glück riecht der sieben Jahre in ehemaligen Whisky-Fässern aus weißer Eiche gereifte Rum deutlich besser als jedes Reptil, nämlich nach frisch geröstetem Kaffee, Mandeln und Kakao. Der bernsteinfarbene „Eminente“ schmeckt weich, voll und cremig, angenehm, weil unaufdringlich süß. Und er ist dabei beeindruckend vielschichtig: Vanille trifft auf Rauch, Pfeffer auf Pflaume. So einen facettenreichen Genuss gönnt man sich am besten pur bei Zimmertemperatur – zur Selbstbelohnung nach einem langen Arbeitstag. See you later, Alligator!

41,3 % Vol., 0,7 l, ca. 49 Euro, tastillery.com

FOTO: MOËT HENNESSY/CLOS19.COM

GEFISCHT

Immer mit der Ruhe: Binnenfischer Philipp Eberle auf dem morgendlichen Schaalsee in Mecklenburg

Entspanntes Arbeiten. Philipp Eberle liebt seinen Beruf: „Es gibt für mich nichts Besseres. Du bist auf dem Wasser und hast deine Ruhe“, sagt der Binnenfischer aus Zarrentin in Mecklenburg-Vorpommern. Wenn er jeden Morgen aufs Neue Barsche, Forellen, Saiblinge, Zug- oder Edelmaränen aus den Stellnetzen auf dem Schaalsee holt, umgibt ihn nichts außer friedlicher Natur. Geräuschlos wogen ein paar Nebelschwaden vorbei. Kein Stress, keine Hektik. Die kommt auch später nicht auf, wenn Philipp Eberle im Verkauf der Schaalseefischerei der Familie Rehbohm mit anpackt. Mit Ruhe werden die über Buchenholz geräucherten Fische eingewickelt – und genau so sollte man sie dann auch genießen.

Verkauf nur vor Ort: schaalseefischerei.de

FOTO: THOMAS NECKERMANN

GESCHÄTZT

Boxenbrüder

Wien trifft Toskana: Österreichs Saucen-Könige, die Curtice Brothers, bringen jetzt gemeinsam mit Italiens vielleicht berühmtestem Metzger Dario Cecchini eine BBQ Box heraus. Fünf 270-ml-Gläser feinster Ketchup mit vier Geschmacksvarianten in bewährter Bio-Qualität, dazu ein Kräutersalz aus Chianti. Da bleibt kein Würstchen trocken! **Ca. 33 Euro, curticebrothers.de**

GANZ NÜCHTERN BETRACHTET

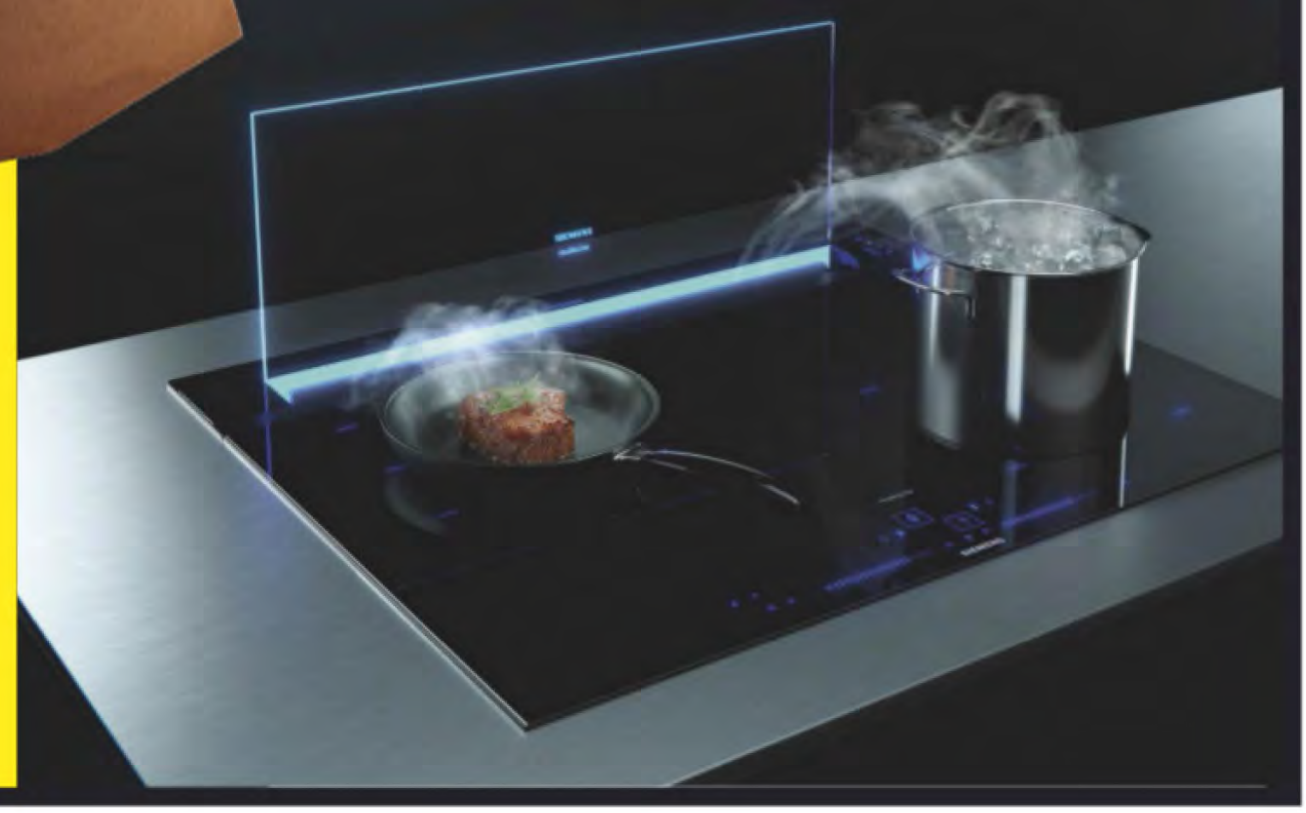
Was fehlt in dieser Reihe? Klar, der Alkohol! Unser zischendes Sixpack für alle Nicht-Schluckspechte (von links): **Swimmers Saison von der Insel-Brauerei Rügen:** fruchtig, mild, würzig – da geht kein Schwimmer mehr betrunken in der Ostsee unter! 0,33 l, ca. 3 Euro, insel-brauerei.de; **Alkoholfreies Kellerbier von Rittmayer:** ein herber und zugleich zitronenfrischer Genuss aus dem fränkischen Hallerndorf, 20 x 0,5 l, ca. 21 Euro, hoepner-getraenke.de; **Classic von Freedl:** fruchtige Frische der Familienbrauerei Pfefferlechner in Südtirol, 12 x 0,33 l, ca. 36 Euro, freedl.it; **Budels Malt 0,0 %:** leicht hopfiges, leicht bitteres, aber dabei sehr weiches Bio-Bier aus den Niederlanden, 0,3 l, ca. 1,30 Euro, alkoholfreishop.de; **0,0 % von Carlsberg:** vollmundiges, nicht zu malziges Lager vom dänischen Brauerei-Giganten, 20 x 0,5 l, ca. 26 Euro, getraenkewelt.de; **Granate Energy von Astra:** Hamburgs Kiez-Mische erstmals ohne Stoff, dafür mit Guarana, Taurin, Koffein – und Granatapfelgeschmack. 18 x 0,33 l, ca. 22 Euro, getraenkewelt.de

Zauberwürfel

Im außergewöhnlichen Gartenkamin „Firecube" von Eva Solo lässt sich im Handumdrehen ein Holzfeuer entfachen. Der robuste Kubus aus Cortenstahl trotzt dabei Wind und Wetter und setzt mit der Zeit eine edle Patina an. Auf Wunsch auch mit Grillrost. **45.2 x 45.2 x 45.2 cm, ca. 400 Euro, evasolo.com**

Scheibenweise

Sag mir, wo die Dämpfe sind, wo sind sie geblieben? Das Abluftsystem „glassdraftAir" von Siemens Home Appliance hat sie aufgesogen! Beginnt das Brutzeln, fährt die Glasplatte hinter dem Kochfeld hoch, der Abzug fängt Dünste auf und danach verschwindet alles wieder. Die „emotionLight Pro"-Funktion sorgt für passende Beleuchtung. Da machen wir Frische-Luft-Sprünge! **Ca. 2280 Euro, siemens-home.bsh-group.com**



FOTOS: HERSTELLER

VORWERK

Immer muss er alles besser wischen!

Glänzt mit den besten Ergebnissen:
Der Besserwischer von Kobold.

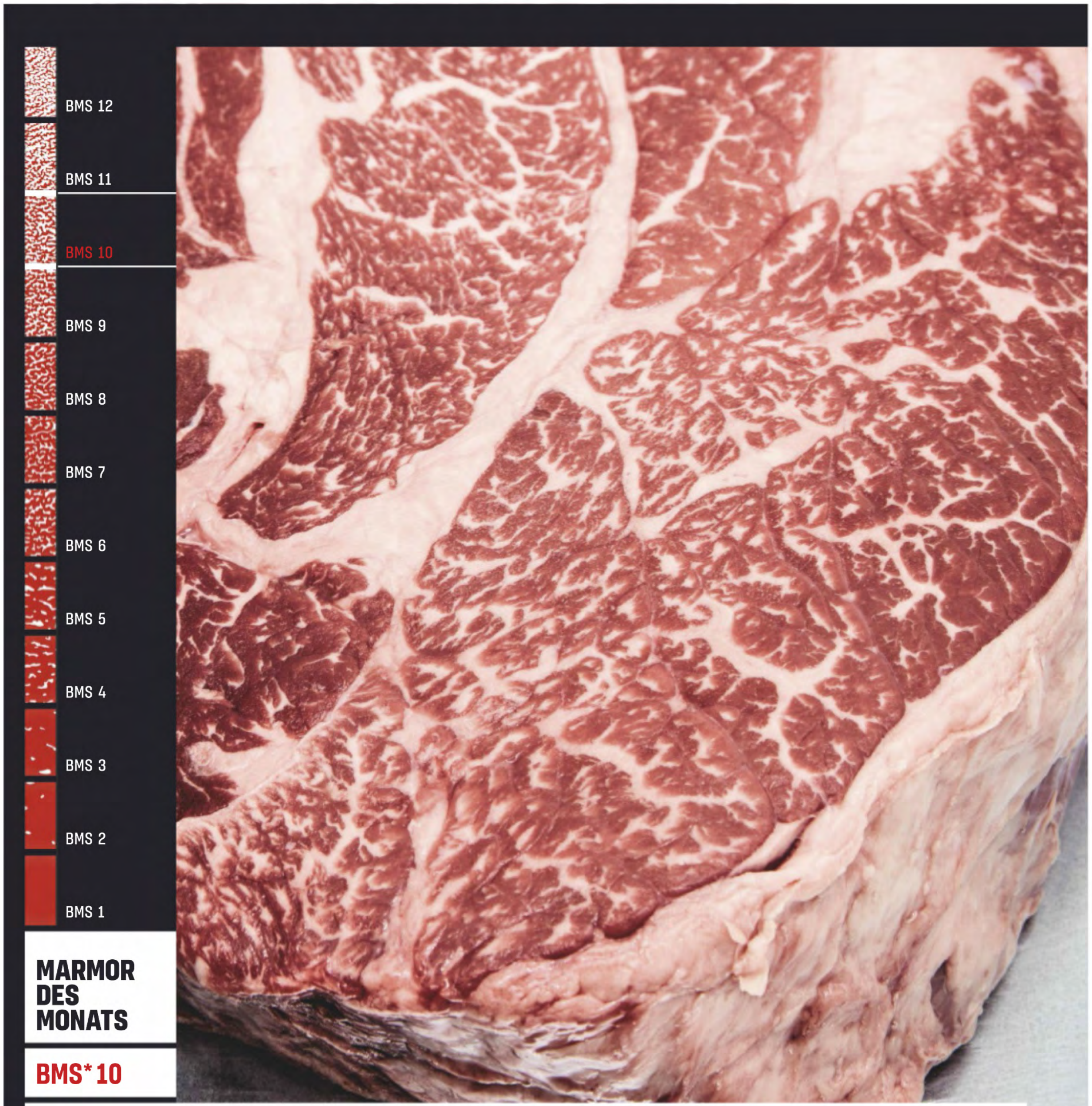
Saugen und Wischen gleichzeitig!

www.besserwischen.de

TESTSIEGER
Stiftung Warentest
test
GUT (2,1)
Kobold VB100 mit SPB100
Im Test:
6 Akkuwischer
Ausgabe 05/2022
www.test.de
22CA78

Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG, Mühlenweg 17–37, 42270 Wuppertal

GEZEICHNET



MARMOR DES MONATS

BMS* 10

CUT	ZEICHNUNG	ZUBEREITUNG	EINKAUF
Bevor der Nacken des Rindes zum Steak wird, hält der Muskel den Kopf – daher hat das Nackensteak seinen kernigen Biss, ist aber zugleich zart und dank seines Fetts ultraaromatisch.	Gibt es etwas Besseres als ein Nackensteak? Ja, nämlich ein Nackensteak von Angus und Wagyu. Dieser Cut aus einer Kreuzung der beiden Rassen vereint das intensiv schmeckende, feinfaserige Fleisch der Angus-Rinder, die ursprünglich aus Schottland stammen, mit der sagenhaften Marmorierung der japanischen Tajimas, die wir als Wagyus kennen. Quasi zwei Steaks in einem.	Nackenfleisch wird gern als „Allrounder“ bezeichnet, weil damit alles geht: Pulled Beef, Braten, Burger-Patties. Aber dafür ist dieses Steak zu schade! Für den puren Genuss geben wir ihm auf dem Grill knapp zwei Minuten pro Seite bei 230 Grad ein schönes Branding. Dann indirekt etwa zehn Minuten lang bis zu einer Kerntemperatur von etwa 55 Grad garen. Tranchieren, salzen, pfeffern, mehr braucht es nicht.	Gibt es etwas Besseres als ein Nackensteak von Angus und Wagyu? Ja, wenn die Tiere in Ostaustralien frei grasen und ein hohes Schlachtalter erreichen dürfen: Für diesen Cut werden sie erst nach rund 14 Monaten und der Zufütterung mit Getreide geschlachtet. Mehr grillt nicht! Auf Anfrage bei Pistol Prime BBQ, Tel. 038204-76 54 41, primebbq.de. Ca. 500 Gramm für ca. 55 Euro.

*Internationaler „Beef Marbling Standard“ (Skala 1–12)

FOTO: FLORIAN BONANNI; FOODSTYLING: JENS HILDEBRANDT/BEIDE BLUEBERRY FOOD STUDIOS; ILLUSTRATIONEN: DAVID JEHN/ALLE FÜR BEEF!

GIN VORAUS!

Für seine Sonderedition „Neptunia“ hat Hendrick’s aus dem Ozean möglicher Botanicals einige schottische Spezialitäten gefischt, etwa Meeresalgen oder Küstenthymian. Sie geben dem Gin würzige Noten und eine faszinierende Frische. Genuss ahoi! **43,4 % Vol., 0,7 l, ca. 38 Euro, weisshaus.de**

KICKENDE SIDEKICKS

Unsere liebsten Nebendarsteller an der Seite unseres Helden Fleisch sind derzeit die Orangen-Senf-Sauce der Bavarian Sauce Company (250 ml für ca. 5 Euro, bavarian-sauce.shop) und die Design Edition der Papa Joe’s BBQ-Sauce im Look der Rocker von The BossHoss (300 ml, ca. 1,60 Euro, edeka24.de). Was wäre Batman denn schon ohne Robin?

Wenn der kleine Hunger kommt

Schon im Urlaub gewesen? Und: unterwegs genascht? Sollten Sie zur guten alten Schokolade gegriffen haben, sind Sie laut einer aktuellen Statista-Erhebung in bester Gesellschaft. Für 70 Prozent aller Deutschen ist sie immer noch der unschlagbare Lieblings-Snack. Es folgen Chips und Salzgebäck (61 %), Milchprodukte (55 %), Nüsse (54 %) und Kekse (51 %). Abgeschlagen sind Trockenfrüchte (18 %) und Gemüsechips (13 %). Kleine handliche Fleischhäppchen wurden leider nicht abgefragt.

HUSCH, HUSCH, INS KÖRBCHEN!

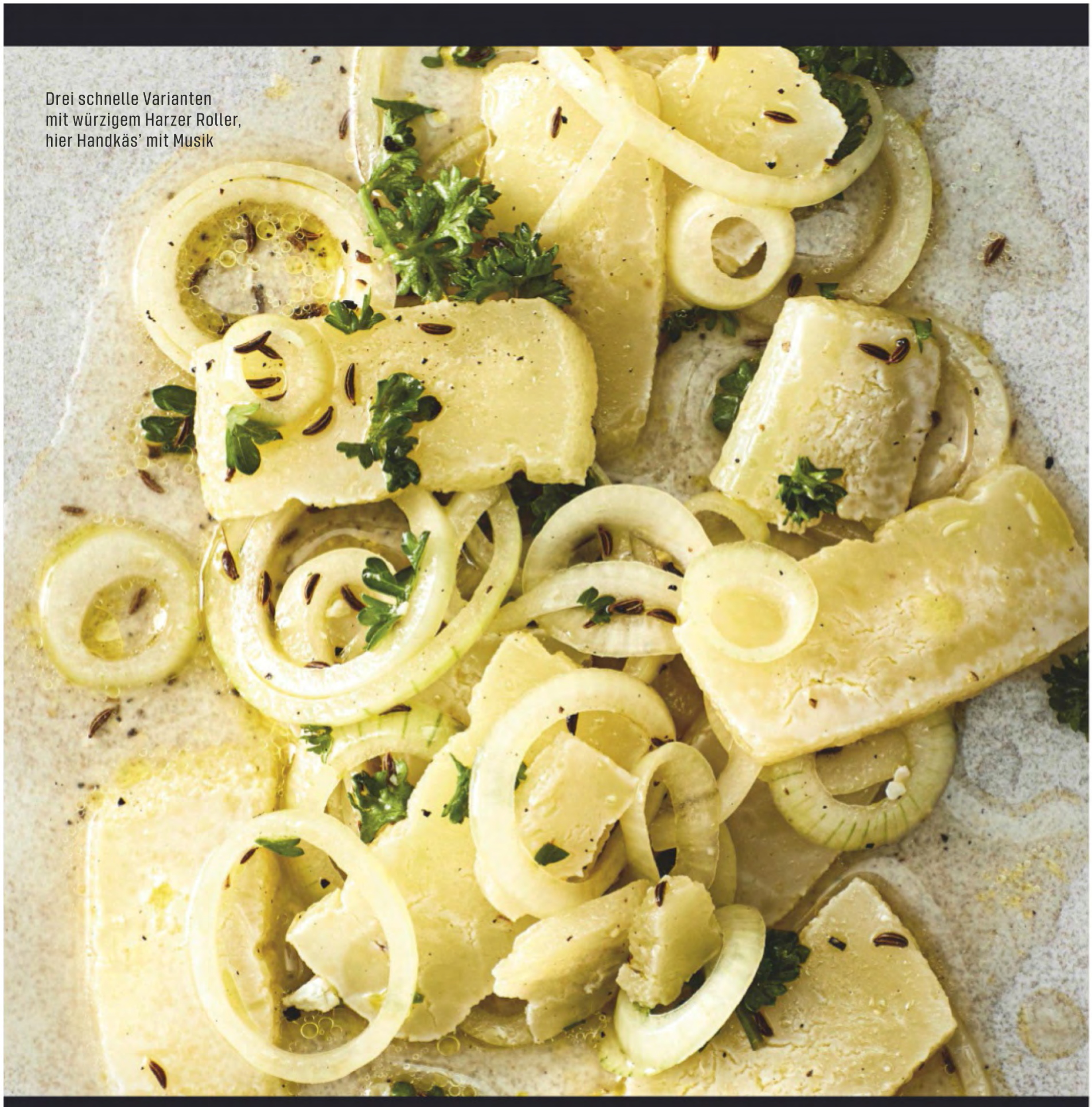
Nein, wie praktisch! Ganzes Geflügel, aber auch Keulen, Braten, ach, im Grunde jedes Fleischstück bis zu zwei Kilo lässt sich spielend einfach im BBQ-Basket von The Natural Beef & Wine Company befestigen und über der nächsten Feuerstelle oder einem Schwenkgrill garen. Der handgeschmiedete Grillkorb aus Edelstahl kommt gleich mit einer passenden Kette – sogar noch praktischer! **Ca. 50 Euro, bbq-basket.de**

VON NIEDERKOFLER BIS POLETTO: KOCHEN MIT PROFIS

DIE „MIELE CHEF STORIES“

Wer? Norbert Niederkofler aus Südtirol (u. l.), Cornelia Poletto aus Hamburg, Nenad Mlinarevic aus Zürich oder Dalad Kambhu aus Berlin – bei den „Miele Chef Stories“ kochen einige der besten Köche Europas vor interessierten Gästen. Beim innovativen Dinner-Format lassen sich Profis ganz nah in Aktion erleben – und stillen auch den Hunger nach Informationen.
Wo? Im Herzen von München: In einem Dachterrassen-Penthouse des DO & CO-Boutique-Hotels nahe dem Marienplatz wartet ein erlesenes Sechs-Gänge-Menü mit ausgesuchter Weinbegleitung auf anspruchsvolle Gaumen. Das Besondere dabei: Es wird nicht nur geschlemmt! Zwischendrin dürfen Gäste unter Anleitung des jeweiligen Sterne-Kochs auch selbst zu Küchenmesser und Kochlöffel greifen – und mitmischen.
Wie? Die nächsten Termine sind: Nenad Mlinarevic am Samstag, dem 15. Oktober 2022. Sein Motto: „The Curiosity“.
Dalad Kambhu kommt am Samstag, dem 26. November 2022. Ihr Motto: „The Heritage“. Ein Ticket kostet 400 Euro. Die Zahl der Teilnehmer ist je Koch-Event auf 16 begrenzt. Jeder Gast kann deshalb maximal zwei Tickets buchen. Sollte es mehr Anmeldungen als Plätze geben, wird gelost. **Anmeldungen und detaillierte Infos unter: chefstories.miele.de**

FOTOS: HERSTELLER



Drei schnelle Varianten mit würzigem Harzer Roller, hier Handkäs' mit Musik

20 MINUTEN

Handkäs' mit Musik

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

2 Zwiebeln
Salz
1 Tl Kümmelsamen
schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)
5 El milder Apfelessig
75 ml Apfelwein
5 El Rapskernöl
200 g Harzer Käse
4 Stiele krause Petersilie

1 Zwiebeln in sehr dünne Ringe schneiden oder hobeln und mit etwas Salz und Kümmelsaat mischen und 2 – 3 Minuten mit den Händen durchkneten, bis die Ringe glasig und weich werden. Mit etwas Pfeffer bestreuen. **2** Essig, Apfelwein und Öl mit einem feinen Schneebesen gründlich verquirlen, die Zwiebelringe untermischen. Käse in dünne Scheiben schneiden und mit der Marinade mischen. Zugedeckt bei Zimmertemperatur 15 Minuten marinieren. **3** Inzwischen Petersilie grob hacken. Käsescheiben und die Marinade auf zwei Teller verteilen. Petersilie überstreuen und servieren. Dazu passt Bauern- oder körniges Roggenbrot.

FOTO: JORMA GOTTWALD; FOOD: KAY-HENNER MENGE FÜR ESSEN + TRINKEN

Sommer-Schmaus: Harzer mit Rucola, Kirschtomaten und Taggiasca-Oliven

FOTO: JORMA GOTTWALD; FOOD: KAY-HENNER MENGE FÜR ESSEN + TRINKEN

20 MINUTEN Harzer auf mediterrane Art

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

3 Schalotten, Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)
5 El Weißweinessig
1 Tl milder, flüssiger Honig
5 El Olivenöl
200 g Harzer Käse
200 g Kirschtomaten
4 El schwarze Oliven (mit Stein; z. B. Taggiasca-Oliven)
60 g Rucola, 2 El geröstete Pinienkerne

1 Schalotten in sehr feine Ringe schneiden oder hobeln, mit etwas Salz mischen und 2 Minuten mit den Händen durchkneten, bis die Ringe glasig und weich werden. Mit etwas Pfeffer bestreuen. Essig, Honig und Öl mit einem Schneebesen fein verquirlen, die Schalottenringe untermischen. Käse in feine Stücke schneiden und mit der Marinade mischen. Bei Zimmertemperatur etwa 15 Minuten marinieren. **2** Inzwischen Tomaten waschen, trocken reiben und vierteln. Oliven abtropfen lassen. Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. **3** Tomaten und Oliven unter den Käse mischen. Mit Rucola und Pinienkernen auf zwei Teller verteilen und servieren. Dazu passt Baguette.

Deftiger Genuss: In Variante drei rollt der Harzer mit Gewürzgurken und Silberzwiebeln an

20 MINUTEN Harzer in pikanter Dillmarinade

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

6 kleine Gewürzgurken (aus dem Glas)
80 g Silberzwiebeln (Glas)
2 Tl gelbe Senfsaat
50 ml Gewürzgurkensud (aus dem Glas)
4 El Weißweinessig
5 El Rapskernöl
Pfeffer (frisch gemahlen)
200 g Harzer Käse
½ Bund Dill

1 Gewürzgurken der Länge nach halbieren oder in Scheiben schneiden. Mit Silberzwiebeln und Senfsaat in ein Schälchen geben. Gewürzgurkensud, Essig und Öl mit einem feinen Schneebesen verquirlen und zugeben. Etwas Pfeffer untermischen. **2** Käse in dünne Scheiben schneiden und unterheben. Zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 15 Minuten marinieren. **3** Dillfähnchen fein hacken. Käsescheiben und Marinadenzutaten auf zwei Teller verteilen. Dill überstreuen und servieren. Dazu schmecken Bratkartoffeln oder Holzofenbrot.

FOTO: JORMA GOTTWALD; FOOD: KAY-HENNER MENGE FÜR ESSEN + TRINKEN

Suzuki Swift Sport Hybrid

Nachschärfen überflüssig.

Der Suzuki Swift Sport ist ein Fest für alle, die es richtig heiß mögen – dank einer Zutat, die ihn von den meisten unterscheidet: Das Idealverhältnis von Motorleistung und Gewicht macht ihn besonders wendig und agil. Der reine Fahrgenuss auf kurvenreichen Straßen. Und die Freude wird dank des effizienten Hybrid-Systems auch nicht an der Tankstelle abgebremst. Appetit auf mehr?

SUZUKI

Kraftstoffverbrauch Suzuki Swift Sport 1.4 BOOSTERJET HYBRID (95 kW | 129 PS | 6-Gang-Schaltgetriebe | Hubraum 1.373 ccm | Kraftstoffart Benzin): innerstädtisch (langsam) 6,2 l/100 km, Stadtrand (mittel) 5,0 l/100 km, Landstraße (schnell) 4,9 l/100 km, Autobahn (sehr schnell) 6,2 l/100 km, Kraftstoffverbrauch kombiniert 5,6 l/100 km; CO_2-Emissionen kombiniert 125 g/km.

Die Umstellung auf das neue WLTP-Messverfahren macht eine Änderung der derzeit gültigen gesetzlichen Bestimmungen zu Verbraucherinformationen zu Kraftstoffverbrauch, CO_2-Emissionen und Stromverbrauch neuer Personenkraftwagen (Pkw-EnVKV) erforderlich. Die Novellierung der Pkw-EnVKV ist bislang noch nicht erfolgt. Da NEFZ-Werte für dieses Fahrzeug nicht vorliegen, haben wir die auf Basis des neuen WLTP-Testzyklus gemessenen Kraftstoffverbrauchs- und CO_2-Emissionswerte als WLTP-Werte angegeben. Wegen der realistischeren Prüfbedingungen sind die nach dem WLTP gemessenen Kraftstoffverbrauchs- und CO_2-Emissionswerte in vielen Fällen höher als die nach dem NEFZ gemessenen.

GELUNGEN

UMWELT SCHONEN

Nicht die Bohne!

140 Liter Wasser braucht es, um eine einzelne Tasse Kaffee herzustellen. Das Start-up Compound Foods aus San Francisco entwickelte deshalb einen ressourcenschonenden Kaffee, der aus dem Hightech-Labor kommt. Das genaue Verfahren ist zwar streng geheim, hat aber mit gezüchteten Mikroben und Fermentation zu tun. Das Ergebnis soll echtem Kaffee in Geruch und Geschmack sehr nahe kommen – und wach macht er wohl auch! compound-foods.com

MIT VOLLGAS

Grillfürst wird grün: Der Fachhändler bietet sämtliche Gasgrillstationen seiner G-Serie ab sofort „klimaneutral" an. Soll heißen: Alle bei Herstellung, Transport und Auslieferung entstehenden CO_2-Emmissionen werden vollständig kompensiert. Und 33 Kilo Gas pro Grill, also den Durchschnittsjahresverbrauch eines BBQ-Freundes, neutralisiert Grillfürst gleich auch noch mit. Gründios! Im Bild: Gasgrill „G521G Smart", ca. 1000 Euro, grillfuerst.de

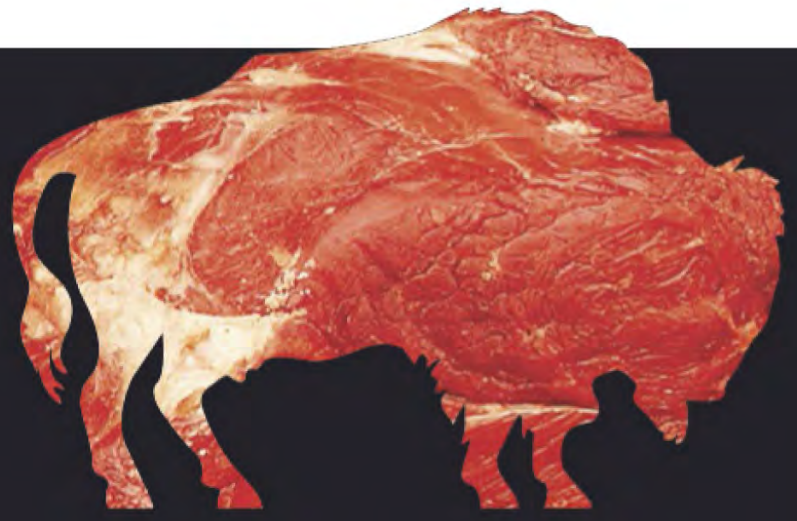
ICH WAR EINE DOSE

Bei seiner Serie „b.green" setzt der Sauerländer Kochgeschirrhersteller Berndes konsequent auf Recycling: Sämtliche Töpfe und Pfannen werden zu 100 Prozent aus dem wiederverwerteten Aluminium alter Getränkedosen produziert. Die Versiegelung „b.nature" besteht aus natürlichen Komponenten wie Quarz, Wasser und Alkohol und enthält keinerlei schädliche Lösungsmittel. Und selbstverständlich wird auch für die Verpackungen Recyclingpapier genutzt. Hier wird die Umwelt mal nicht in die Pfanne gehauen! Im Bild: Schmorpfanne, 28 cm, ca. 127 Euro, berndes.com

ICH WOLLT', ICH HÄTT' EIN HUHN

Großstädter können sich jetzt das Landleben in den Garten holen: Über mieteeinhuhn.de lassen sich fünf Legehennen mitsamt Stall und Zaun für ein Auslaufgehege anwerben. Mietpreis: 95 Euro pro Woche plus Transportkosten, bei zwei Wochen Mindestabnahme. Einzige Voraussetzung: eine 25 Quadratmeter große Grünfläche. Aber bitte nur die Eier essen, nicht die Hühner! Über mieteeinhuhn.de

FOTOS: HERSTELLER (6), ADOBE STOCK



BUFFALO CHILL

Sie streifen ganzjährig durch 9000 Hektar natürliches Prärie-Weideland in Westkanada, ernähren sich dabei ausschließlich von Gras und bekommen weder Antibiotika noch Wachstumshormone: Nicht von ungefähr liefern die Bisonherden von „Noble Premium Bison“ aus Calgary edelstes Fleisch mit einem unverwechselbar würzigen Geschmack. Das ist auch noch eisen-, vitamin- und mineralstoffhaltiger als Rind und hat gleichzeitig weniger Fett. Schon fast Sportlernahrung! Bisonfilet, ca. 200 Gramm, ca.38 Euro, über gourmetfleisch.de

GUTER FANG

Seit 25 Jahren kämpft die gemeinnützige Organisation Marine Stewardship Council (MSC) weltweit für den Schutz der Ozeane und seiner Fischbestände. Die vielleicht wirksamste Waffe dabei: das blaue MSC-Siegel, das strengste Umweltsiegel für Wildfisch der Welt. Verbraucher können sich darauf verlassen, dass zertifizierte Produkte aus nachhaltigen Fischereien kommen, die nur Bestände befischen, die nicht überfischt sind, die Beifang minimieren und den Meeresboden schonen. So lässt sich beruhigt Fisch essen! Infos unter: msc.org

BEEF!
MÄNNER KOCHEN ANDERS

JETZT GEHT ES UM DIE WURST!

Das ultimative BEEF! Wurster Set für Zuhause.

LANDIG

Dieses BEEF! Wurster Komplettpaket zum Vorteilspreis, bestehend aus BEEF! Fleischwolf, BEEF! Wurstfüller sowie dem BEEF! Buch „Wurst“ eröffnet alle Möglichkeiten der Wurstproduktion in den eigenen vier Wänden.

Online bestellen unter:
www.landig.com/beef

GEPFEFFERT

SCHARF ICH BITTEN?

„Die Wiege des Pfeffers“ nennen sie das bergige Hinterland der Malabarküste im südindischen Bundesstaat Kerala. In den dichten Wäldern rankt sich die Kletterpflanze seit jeher die Bäume bis zu zehn Meter hoch. Für den grünen Urwaldpfeffer werden die Beeren kultivierter Pflanzen von bäuerlichen Erzeugergemeinschaften zwischen November und Januar von Hand gepflückt – unreif, die Schärfe ist dann noch angenehm zurückhaltend und mild. Danach wird er entweder kurz an der Sonne oder gefriergetrocknet, damit sein frisches, feines Aroma erhalten bleibt. Urwaldpfeffer hat eine dezent fruchtige Note, die an Zitrone erinnert.
Er eignet sich deshalb bestens für weißes Fleisch, Fisch und Meeresfrüchte, aber auch auf frischen Erdbeeren oder reifer Mango ist er eine aromatische Wucht. Da werden wir doch alle gern zu Körnerfressern!

Grünen Urwaldpfeffer bekommt man online bei delidia.de (250 g, ca. 24 Euro)

30

Jahre lang bleibt eine Pfefferpflanze ertragreich. Zweimal jährlich kann geerntet werden.

FOTO: KRÖGER & GROSS FÜR BEEF!

MH

COACHING ZONE

Fitter denn je – mit Deinem persönlichen Plan unserer Top-Coaches!

Abnehmen, Muskelaufbau, Sixpack – dein Ziel ist unsere Mission. Wir erstellen dir einen Trainings- und Ernährungsplan, der voll und ganz auf deine individuellen Bedürfnisse ausgerichtet ist. Auf deinem Weg zum Ziel beantworten wir dir jederzeit deine Fragen und motivieren dich zum Dranbleiben.
Starte jetzt mit deinem maßgeschneiderten Premium-Coaching: MensHealth.de/coachingzone

GEPAART 1

BEEF!-INFOGRAFIK (46): FISCHE, SAUCEN, STEAKS – WIR MÖGEN ES

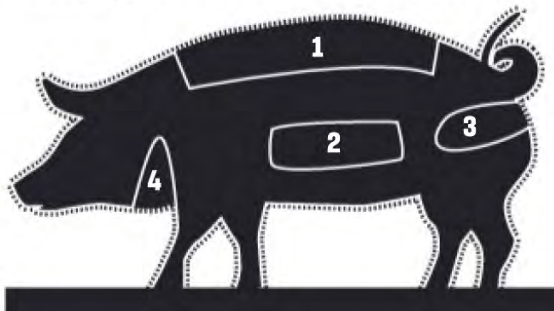
DICK

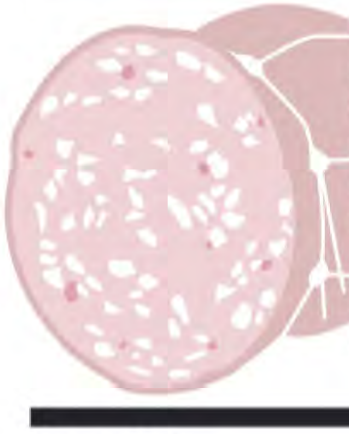
NICHT IMMER DIE GLEICHE SAUCE

Damit eine Sauce schmackhaft und dickflüssig wird, muss man die Bewegung der Wassermoleküle einschränken, indem man Stoffe integriert, die wie Barrieren wirken – etwa wenn man Öl (Mayonnaise) untermixt. Stärke (Béchamel) und Gelatine (Glace) bilden feingliedrige Molekülketten als Barrieren aus. Auch untergeschlagene Luft kann diesen Zweck erfüllen.

SPECK-ATTACK Früher mästete man ungarische Mangalitza-Schweine auf bis zu 300 Kilo. Ihr berühmter Rückenspeck konnte dann bis zu 25 Zentimeter dick werden. Noch heute kann die Speckschicht der „Wollschweine" bis zu zehn Zentimeter messen.

In 100 Kilo Schwein stecken rund elf Kilo Speck
1 Rückenspeck: reines Fett **2** Bauchspeck: durchwachsenes Fett **3** Schinkenspeck: fettärmer, zart, oft als Tiroler Speck **4** Backenspeck: für Wurst, in Italien gerne auch pur – eine Delikatesse!





GUTER SCHNITT Mortadella zählt mit bis zu 100 Kilo Gewicht zu den größten Würsten. Mehr als 35 cm Durchmesser darf sie nicht haben, sonst passt sie nicht in die Aufschnittmaschine.

KAPITALER BURSCHE

Der bislang dickste Karpfen der Welt wurde 2019 in Thailand geangelt. Ein Brite zog einen 105 Kilo schweren Siamesischen Riesenkarpfen aus einer Lagune im Süden des Landes.

1,5

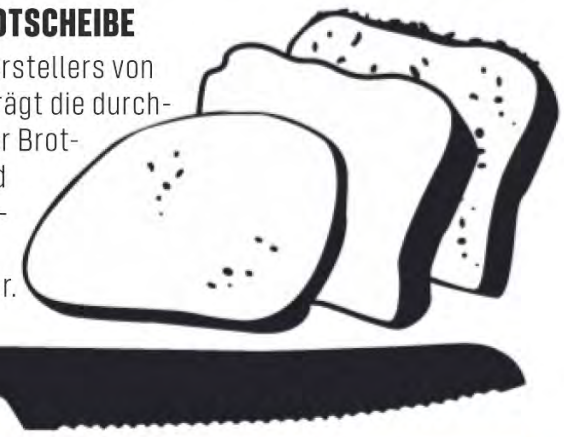
KILO WIEGT DER „VIERFACHE BYPASS-BURGER" IM „HEART ATTACK GRILL" IN LAS VEGAS. ER IST DAMIT LAUT GUINNESSBUCH DER DICKSTE BURGER DER WELT.

NICHTS FÜR ZARTE GEMÜTER

ALS DIE IDEALE DICKE EINES STEAKS GELTEN RUND VIER ZENTIMETER. DIE BALANCE AUS DEM KROSSEN, BRAUNEN ÄUSSEREN, DEN SAFTIG GEGARTEN ZWISCHENSCHICHTEN UND DEM ROSAROTEN BIS ROTEN ZENTRUM DES FLEISCHES GELINGT SO AM EINFACHSTEN.

DIE WELT IST EINE BROTSCHEIBE

Laut Angaben eines Herstellers von Küchenmaschinen beträgt die durchschnittliche Dicke einer Brotscheibe in Deutschland 8 Millimeter. Toastbrotscheiben sind etwa 4 bis 5 Millimeter dicker.



DIE MILCH MACHT'S!

DICKMILCH ENTSTEHT, WENN SÄUREBAKTERIEN CASEIN, EIN MILCHEIWEISS, GERINNEN LASSEN: DAS PROTEIN FLOCKT AUS UND TRENNT SICH VOM WASSER. ES BLEIBT ABER FRAGILER ALS NACH DEM HINZUFÜGEN VON LAB, EINEM ENZYM AUS KÄLBERMÄGEN – DAMIT LÄSST SICH HARTKÄSE HERSTELLEN. AUS DICKMILCH STELLT MAN BEISPIELSWEISE FRISCHKÄSE WIE RICOTTA HER.

RICHTIG DICKE DINGER *(Fettanteil in Prozent)*

Fettangaben für tierische Produkte sind immer Annäherungen. Wie fett oder mager ein Stück Fleisch oder Fisch ist, hängt etwa von der Rasse, vom Schlachtalter und von der Fütterung ab.

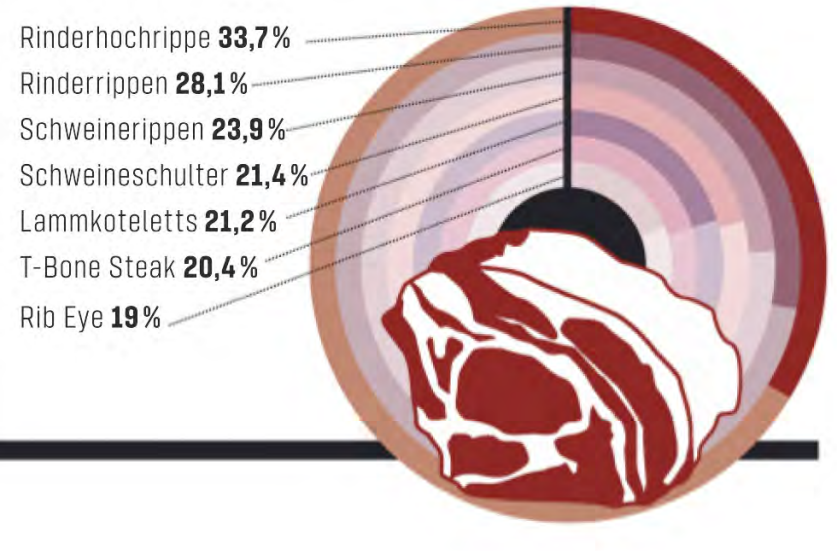


ILLUSTRATION: DAVID JEHN; RECHERCHE: FERDINAND DYCK/BEIDE FÜR BEEF!

GEPAART 2

BEEF!-INFOGRAFIK (46): BIER, POMMES, PINGUINE – HIER IST NICHT NUR DIE LUFT

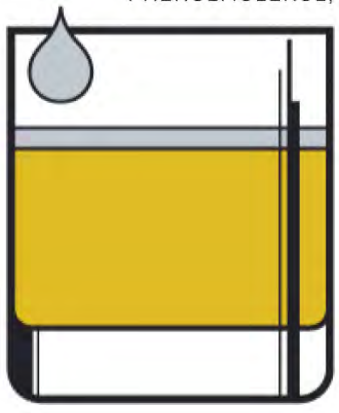
DÜNN

ROLLE VORWÄRTS

Filoteig aus Weizenmehl, Wasser und Öl, aus dem unter anderem Baklava und Börek hergestellt werden, gilt als dünnster Teig der Welt. Er wird auf großen Tischen ausgezogen, bis er fast durchsichtig ist. Dass er nicht reißt, liegt am Gluten, dem Klebereiweiß des Weizens.

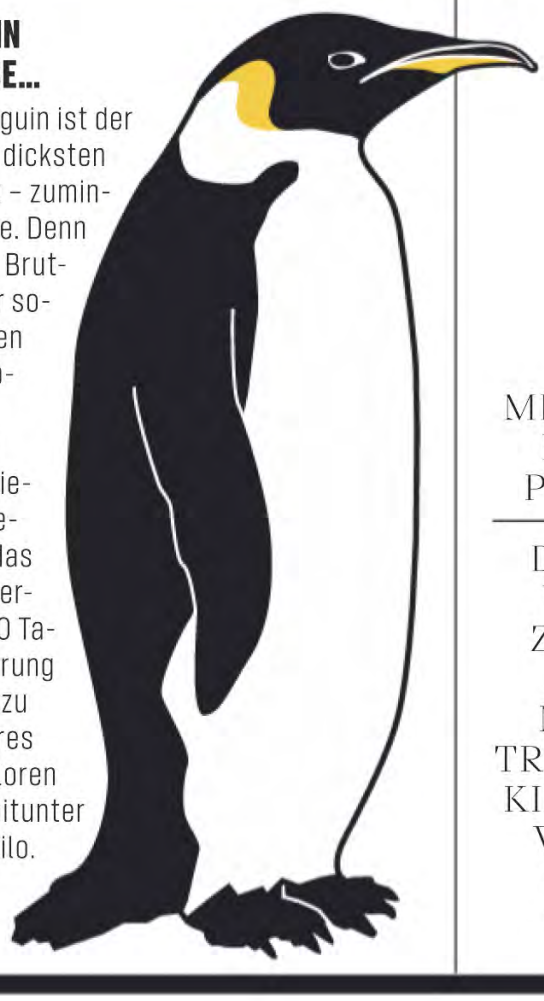
AUFSTEIGER DES MONATS

WHISKY SCHMECKT INTENSIVER, WENN MAN IHN MIT EINIGEN TROPFEN WASSER VERDÜNNT. DADURCH STEIGT GUAJAKOL AN DIE OBERFLÄCHE, EIN PHENOLMOLEKÜL, DAS VON DEN HOLZFÄSSERN AN DEN WHISKY ABGEBEN WIRD UND IHM ENTSCHEIDENDE AROMANOTEN VERLEIHT. DORT SCHMECKT UND RIECHT MAN ES BEIM TRINKEN DANN DEUTLICH STÄRKER.



EIN MÄNNLEIN STEHT IM EISE...

Der Kaiserpinguin ist der Vogel mit der dicksten Speckschicht – zumindest zeitweise. Denn zum Ende der Brutzeit hin, in der sowohl Männchen als auch Weibchen die Eier abwechselnd wärmen, ist diese dann aufgebraucht und das Tier oft klapperdürr. Nach 120 Tagen ohne Nahrung haben sie bis zu 75 Prozent ihres Gewichts verloren und wiegen mitunter nur noch 10 Kilo.



CAPELLI D'ANGELO

Die italienische Engelshaar-Pasta gilt mit einem Durchmesser von rund 0,78 mm als dünnste Nudelvariante der Welt. Nicht verwechseln mit Capellini. Die sind dicker!

CARPACCIO

Die italienische Vorspeise aus dünn geschnittenem, rohem Rindfleisch entstand 1950 in „Harry's Bar" in Venedig – auf Wunsch einer Stammkundin, deren Arzt ihr gegartes Fleisch verboten hatte.

7

MILLIMETER SIND MCDONALD'S-POMMES DÜNN.

DÜNNBIER HAT WENIGER ALS ZWEI PROZENT ALKOHOL. IM MITTELALTER TRANKEN ES AUCH KINDER – WASSER WAR OFT FAUL UND LEBENSGEFÄHRLICH.

STAHLHARTE FAKTEN

Weil japanische Messer aus härterem Stahl bestehen, kann man sie schärfer schleifen als europäische – auf einen Winkel von rund 30 Grad im Gegensatz zu den 40 Grad, die bei Letzteren meist üblich sind. So lassen sich dann dünnere Scheiben schneiden.

WO GEHOBELT WIRD, FALLEN TRÜFFEL

DIE SCHNITTSTÄRKE EINES TRÜFFELHOBELS BETRÄGT ZWISCHEN 0 UND 0,2 MM.

MUSKELFIBRILLEN MESSEN 0,001 MILLIMETER. SIE SIND IN GRUPPEN VON MITUNTER MEHREREN HUNDERT GEBÜNDELT UND FORMEN SO DIE 0,01 BIS 0,1 MILLIMETER DÜNNEN MUSKELFASERN, DIE WIEDERUM ZU MUSKELFASERBÜNDELN VEREINT SIND. DIESE BÜNDEL VON 0,1 BIS 1 MM DURCHMESSER NENNT MAN UMGANGSSPRACHLICH AUCH „FLEISCHFASER", DENN MAN ERKENNT SIE AUF DEM TELLER MIT DEM BLOSSEN AUGE („IMMER QUER ZUR FASER SCHNEIDEN"). GEMEINSAM BILDEN SIE DEN MUSKEL.

RICHTIG DÜNNE DINGER *(Fettanteil in Prozent)*

Fleisch ist in den letzten 20 Jahren immer fettärmer geworden, was zum einen an magereren Zuschnitten liegt – es wird mehr Fett abgetrennt – aber ebenso an neuen Zuchtrassen und Futtermitteln. Auch werden immer jüngere Tiere geschlachtet.

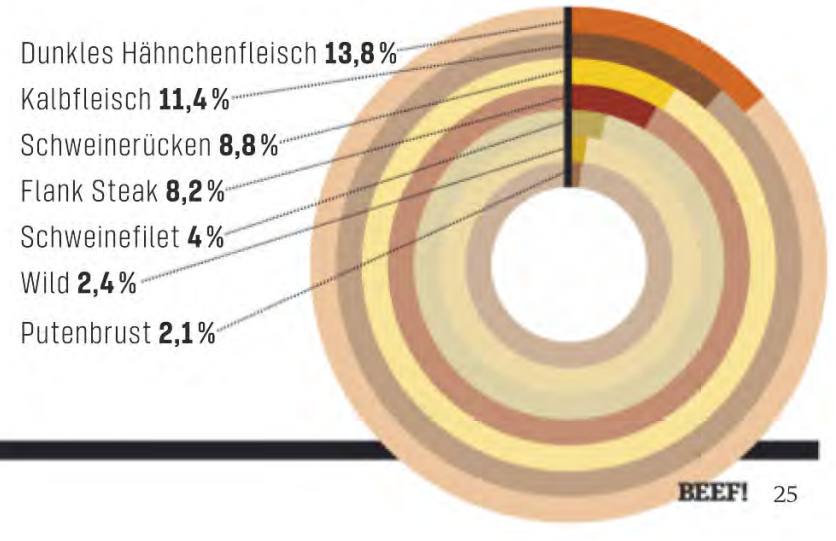


ILLUSTRATION: DAVID JEHN; RECHERCHE: FERDINAND DYCK/BEIDE FÜR BEEF!

ALLES AUFESSEN

WURZEL ZIEHEN!

DAMIT HABEN SIE JETZT NICHT GERECHNET: WIR FRITTIEREN LAUCHRESTE. MEGAKNUSPRIG!

FRITTIERTE LAUCHWURZELN

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

Wurzelstrünke von 1 – 2 Bund Lauchzwiebeln oder etwa 10 Stück Wurzeln von zarten Lauchstangen
1 Eiweiß (Kl. XS), Salz
25 g Mehl plus Mehl zum Bestäuben
25 g Speisestärke
½ gestrichener Tl Backpulver
ca. 70 ml eisgekühltes Wasser
etwa 700 ml Frittieröl
½ Tl rosenscharfes Paprikapulver

AUSSERDEM **Küchenthermometer**

1 Die Wurzeln gründlich unter fließendem Wasser abspülen, dabei sämtliche Sandreste entfernen. In kaltem Wasser ca. 30 Minuten quellen lassen.

2 Eiweiß und etwas Salz verquirlen. 25 g Mehl, Stärke und Backpulver mischen. Mit so viel eisgekühltem Wasser unters Eiweiß quirlen, dass ein dünnflüssiger Teig entsteht. Kurz quellen lassen.

3 Frittieröl auf etwa 160 Grad erhitzen (Thermometer benutzen). Wurzeln gründlich trocken tupfen, fein mit Mehl bestäuben. Wurzeln einzeln durch den Teig ziehen, abtropfen lassen. Im heißen Fett goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Paprikapulver und etwas Salz mischen. Die Wurzeln mit der Würzmischung bestreuen und servieren. Dazu zum Beispiel eine Chili-Mayonnaise servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN

FOTO: ISTOCKPHOTO.COM

STERN PLUS

ERLEBEN SIE JETZT
DAS BESTE VOM STERN.

UNBEGRENZT LESEN AUF STERN.DE – Ihr digitales Plus

WÖCHENTLICHES E-PAPER
der aktuellen STERN-Ausgabe

OHNE WERBUNG
und digital jederzeit verfügbar

JEDERZEIT KÜNDBAR
und nach der Testphase nur 9,99 € mtl.

30 TAGE GRATIS TESTEN!

STERN PLUS bietet das Beste vom STERN, jederzeit und überall digital verfügbar. Ohne Werbung. Zum Lesen und Hören – näher dran und immer informiert.

30 Tage STERN PLUS gratis testen, danach zzt. nur 9,99 €/Monat (inkl. MwSt. und Versand). Monatlich kündbar. Auslandspreise auf Anfrage. Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht. Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr Deutschland GmbH. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

Einfach QR-Code scannen oder online bestellen:

stern.de/plus-gratis

LUCKI MAURERS REIFEPRÜFUNG

DIE BESTE ZUTAT EINER MAHLZEIT: ERINNERUNGEN

Voll geil war das neulich! Wir hatten Betriebsurlaub. Mein Restaurant war geschlossen: keine Tastings, keine Dry-Age-Seminare, keine Schlachtkurse. Nur meine Frau und ich und viel Ruhe. Da ich in meinen geräumigen Gefrierschränken jederzeit alle möglichen Lebensmittel zur Verfügung habe, bin ich auf die Idee gekommen, zwei Filetsteaks vom Black Angus aufzutauen, jedes 350 Gramm, so richtig große Klopper! Eigentlich ein völlig untypisches Abendessen im Hause Maurer. Dazu habe ich uns TK-Speckbohnen gemacht, portionsfertig aus der Pappschachtel, Kartoffelpüree und die Pfeffersauce Madagaskar, die mir mein Papa, ebenfalls ein gelernter Koch, schon in meiner Jugend beigebracht hat – mit reichlich Cognac und Sahne. Zur Krönung des Ganzen: Kräuterbutter aus diesen großen eingeschweißten Würsten aus dem Supermarkt. Mein damaliger Ausbilder zum Koch würde mich sofort lynchen, wenn er das hört! Aber ich kenn das eben exakt genau so aus meiner Kindheit.

Meine Eltern hatten ein Wirtshaus in Niederbayern, meine Mutter war Wirtin, mein Vater war Koch. Mein älterer Bruder und ich sind zwischen Tresen und Tischen aufgewachsen. Manchmal hat uns mein Papa an einem stinknormalen Werktag ein richtig fettes Steak in die Pfanne gehauen – mit Speckbohnen und Pfeffersauce Madagaskar. Diese Bohnen hatte ich bestimmt 20 Jahre nicht gegessen und diese Sauce hatte ich exakt sieben Jahre nicht mehr auf dem Teller. Da hat mein Vater endgültig mit dem Kochen aufgehört und kein Koch kriegt diese Sauce so hin wie er. Seit jenem Ferienabend neulich kann ich aber sagen: außer mir.

Natürlich hätte ich in den Biomarkt gehen können, um mir dort Bohnen zu kaufen. Natürlich hätte ich französische Fassbutter nehmen können, Doppelrahmstufe. Aber darum ging es mir gar nicht. Ich habe auch bewusst keinen Cabernet Sauvignon aus dem Napa Valley dazu aufgemacht, sondern einen Chianti, wie man ihn früher beim Italiener getrunken hat. Mit 16 war es Lambrusco, mit 18 Chianti. Ich wollte den Geschmack von damals, aus der Jugend, aus der Kindheit. Ich wollte die schönen alten Erinnerungen, ein bisschen Nostalgie. Als ich den ersten Bissen von dem Steak mit Pfeffersauce genommen habe, ist mir eine Träne runtergelaufen. Megageil! Früher waren Gerichte vielleicht einfach, aber auch einfach gut.

Es gibt da noch so einen Geschmack, der mich sofort an meine Vergangenheit erinnert: Maggi. Meine Oma hat ihre Rindersuppe mit Maggi gewürzt. Sie war Bauersfrau. Ihr Alltag bestand aus: rein in den Stall, Kühe melken, raus aufs Feld, Heu machen … Da bleibt keine Zeit, Knochen auszukochen und drei Fonds anzusetzen. Kochen musste schnell gehen: Suppenfleisch ins Wasser, Salz dazu, fertig! Als Einlage vielleicht noch ein paar Backerbsen, zum Abschluss fünf Spritzer Maggi. Zack! Und alle haben wir begeistert reingehauen.

Es gibt ein Lied von Aerosmith: „Cryin'". Weil bei mir im Stall immer ein Rock-Radiosender läuft, höre ich es mindestens zweimal in der Woche. Und jedes einzelne Mal muss ich an meine erste Liebe denken. Genau so bringt mir Essen Erinnerungen zurück. Manchmal fahre ich zu einem Imbissstand, auch wenn ich gar keinen Hunger habe, und kaufe mir eine Rosswurstsemmel mit süßem Senf, nur weil ich den Geschmack wieder auf der Zunge haben möchte. Dann bin ich einen Moment lang wieder Kind und stehe an dem Rosswurststand, der jeden Freitag direkt vor meiner Schule hielt. Alle Kinder waren verrückt auf diese Pferdewürste! Und dann „Brauner Bär", mmmhhhh, das Eis mit dem Karamellkern. Gibt's nicht mehr! Was würde ich dafür geben, das heute noch mal schmecken zu können. Andererseits: Den Geschmack habe ich sowieso für alle Zeiten tief in mir abgespeichert. Den kann mir keiner nehmen, nie mehr!

Früher waren Gerichte vielleicht einfach, aber auch einfach gut.

Unser Kolumnist Ludwig „Lucki" Maurer, 41, ist Koch, Restaurantbetreiber, Bio-Wagyu-Züchter und Heavy-Metal-Musiker – alles mit Leidenschaft. Hier schreibt der Niederbayer über sein Leben. Noch mehr Infos: ludwigmaurer.com

FOTO: ENNO KAPITZA FÜR BEEF!

Immer wenn ich „Cryin'“ von Aerosmith höre, muss ich an früher denken. Genau so bringt mir Essen Erinnerungen zurück.
HARLEY-DAVIDSON

FOTO **REINHARD HUNGER** FOOD **RAIK HOLST**

AUS DEM BAUCH HERAUS

LIEBE GEHT DURCH DEN MAGEN: DAS FLANK STEAK AUS DEM BAUCH DES TIERS HAT ES UNS SO SCHWER ANGETAN, DASS WIR GLEICH VIER DAVON ESSEN – VOM SIMMENTALER, VOM BISON, VOM SCHWEIN UND VOM US-RIND. PASST SCHON!

Sommerliebe Unser neuer Lieblings-Cut: das Flank Steak. Beidseitig mit viel Hitze anbraten, ruhen lassen, fertig! Könnte auch eine Winterliebe draus werden…

VORSPEISE

SIMMENTALER FLANK STEAK

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

800 g Flank Steak vom Simmentaler Rind
(zu bestellen etwa über gourmetfleisch.de)
25 Wacholderbeeren
2 El schwarze Pfefferkörner
1 El geröstete Kaffeebohnen
10 Pimentkörner
1 Tl Meersalz
1 El edelsüßes Paprikapulver
1 El granuliertes Zwiebelpulver
300 g Steinpilze (oder Kräuterseitlinge)
125 g Brombeeren
125 g Blutampferblätter (oder Rucola)
½ Baguette
2 El Olivenöl
3 El Ahornsirup
1 El Senf
2 El Weißweinessig
Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)
30 g Butter
Saft von ½ Zitrone

1 Flank Steak ca. 1 Stunde vor der Zubereitung auf Zimmertemperatur temperieren.

2 Grill auf mittlere bis hohe Temperatur (230 – 250 Grad) vorheizen. Wacholderbeeren andrücken und mit einem Messer fein hacken. Pfefferkörner, Kaffeebohnen und Pimentkörner im Mörser grob mörsern. Salz, Wacholder, Paprika- und Zwiebelpulver untermischen. Das Steak mit dem Rub kräftig einreiben. Je Seite 3 – 4 Minuten direkt geschlossen grillen. Danach in den indirekten Grillbereich ziehen und das Fleisch geschlossen bis zu einer Kerntemperatur von ca. 53 Grad fertig garen. Zwischendurch nochmals wenden.

3 Währenddessen Pilze putzen und halbieren. Brombeeren verlesen. Blutampfer waschen und trocken schleudern. Baguette längs in dünne Scheiben schneiden.

4 Olivenöl, 1 El Ahornsirup, Senf und Essig kräftig verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5 Steak nach dem Garen zugedeckt ca. 5 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen. Inzwischen Brotchips von beiden Seiten sehr kurz angrillen.

6 Butter in einer Pfanne erhitzen. Pilze darin kräftig anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Restlichen Ahornsirup (2 El) und die Brombeeren zugeben. Zitronensaft überträufeln und alles gut durchschwenken.

7 Das Fleisch quer zur Faser aufschneiden, mit Salat und Brotchips anrichten. Senf-Dressing überträufeln. Pilze und Brombeeren darauf verteilen, sofort servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 35 MINUTEN
PLUS TEMPERIERZEIT CA. 1 STUNDE

ZWISCHENGANG

BISON-FLANK-STEAK

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

900 g Bison-Flank-Steak (etwa über gourmetfleisch.de)
30 g frischer Bio-Ingwer
500 g Weintrauben
150 g Bauchspeck
Salz
Pfeffer (frisch gemahlen)
50 g Butter
2 El Ahornsirup
2 El Rotweinessig
1 Bund Estragon

AUSSERDEM **etwa 1 Handvoll Hickory-Räucherspäne**

1 Flank Steak ca. 1 Stunde vor dem Grillen auf Zimmertemperatur temperieren. Räucherspäne wässern.

2 Grill auf mittlere bis hohe Temperatur (230 – 250 Grad) vorheizen.

3 Ingwer waschen und in dünne Scheiben schneiden. Weintrauben waschen. Weintrauben etwas zerzupfen. Speck in breite Streifen schneiden.

4 Die Räucherspäne in die Glut bzw. Sidefirebox einstreuen. Flank Steak von jeder Seite direkt 3 – 4 Minuten geschlossen scharf angrillen. Danach das Steak indirekt geschlossen bis zu einer Kerntemperatur von ca. 53 Grad fertig garen. Zwischendurch nochmals wenden.

5 Das Steak nach dem Garen mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt an einem warmen Ort noch ca. 5 Minuten ruhen lassen.

6 Weintrauben auf dem heißen Grill und unter Wenden 3 – 5 Minuten grillen. Inzwischen die Butter in einer Pfanne erhitzen (z. B. auf dem Grill). Speck und Ingwer darin kräftig anbraten. Ahornsirup und Essig einrühren.

7 Zum Servieren Fleisch quer zur Faser aufschneiden, mit Weintrauben und der Speck-Ingwer-Butter anrichten. Estragon grob zupfen und überstreuen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 35 MINUTEN
PLUS TEMPERIERZEIT CA. 1 STUNDE

HAUPTSPEISE

NIEDERRHEINISCHES DUROC-FLANK-STEAK

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

900 g Flank Steak vom Duroc-Schwein
(zu bestellen etwa über doncarne.de)
480 g Kichererbsen (aus der Dose)
Saft von 1 Zitrone
Salz
Pfeffer (frisch gemahlen)
8 Pflaumen
1 rote Pfefferschote
1 Zimtstange
1 Bio-Limette
1 Stange Zitronengras
3 Knoblauchzehen
2 El Pflaumensauce (aus dem Glas; Asia-Markt)
1 El Hoisin-Sauce
1 El Sojasauce
5 El Rapsöl
3 El Sesamöl

1 Flank Steak ca. 1 Stunde vor dem Grillen auf Zimmertemperatur temperieren. Kichererbsen abtropfen lassen, die Flüssigkeit dabei auffangen. 100 ml Kichererbsen-Abtropfflüssigkeit abmessen, mit Kichererbsen und Zitronensaft fein pürieren. Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken, kühl stellen.

2 Grill auf mittlere bis hohe Temperatur (230 – 250 Grad) vorheizen. Pflaumen waschen, halbieren und entsteinen. Pfefferschote waschen, entkernen und fein schneiden. Zimt in grobe Stücke brechen. Limette waschen, trocken reiben und in dünne Scheiben schneiden. Zitronengras putzen, waschen und der Länge nach vierteln. Knoblauch in Scheiben schneiden.

3 Pflaumen-, Hoisin- und Sojasauce verrühren.

4 Das Fleisch direkt je Seite geschlossen ca. 3 Minuten scharf angrillen. Gegrillte Seite jeweils mit dem Saucenmix bepinseln. Flank dann indirekt geschlossen bis zu einer Kerntemperatur von 58 – 62 Grad gar ziehen lassen. Zwischendurch nochmals wenden.

5 Raps- und Sesamöl in einer Pfanne (z. B. auf dem Grill) erhitzen. Knoblauch, Pfefferschote, Zitronengras, Zimt und Limettenscheiben darin kräftig braten, sodass ein würziges Aromaöl entsteht.

6 Fleisch vom Grill nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt ca. 5 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen. Währenddessen die Pflaumenhälften auf dem heißen Grill unter Wenden grillen, bis sie weich zu werden beginnen.

7 Zum Servieren das Steak quer zur Faser aufschneiden. Mit gegrillten Pflaumenhälften und Kichererbsencreme anrichten. Das warmen Würzöl überträufeln und alles servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 30 MINUTEN
PLUS TEMPERIERZEIT CA. 1 STUNDE

DESSERT

AMERICAN FLANK STEAK

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

800 g American Flank Steak (etwa über meinmetzger.de)
2 El Senfkörner
2 El Weißweinessig
7 El Olivenöl
3 El Ahornsirup
1 Tl Senf
2 Tl Chiliflocken
Salz
ca. 500 g Wassermelone
2 Bund Lauchzwiebeln
½ Bund Schnittlauch (nach Belieben mit einigen Blüten zum Garnieren)
1 El Korianderkörner
2 El Madras-Currypulver
1 El granuliertes Zwiebelpulver
1 El granuliertes Knoblauchpulver
Pfeffer (frisch gemahlen)

1 Flank Steak ca. 1 Stunde vor dem Grillen auf Zimmertemperatur temperieren. Grill auf mittlere bis hohe Temperatur (230 – 250 Grad) vorheizen.

2 Senfkörner großzügig mit Wasser bedeckt aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Danach in ein Sieb gießen und kalt abspülen. Essig, 3 El Olivenöl, Ahornsirup, Senf, 1 Tl Chiliflocken und Senfkörner gut verrühren und mit Salz abschmecken.

3 Melonenfruchtfleisch mit einem Kugelausstecher in kleinen Kugeln ausstechen. Lauchzwiebeln putzen und waschen. Schnittlauch grob schneiden. Schnittlauchblüten zum Garnieren beiseitelegen.

4 Koriander im Mörser grob zerstoßen. Mit Curry, Zwiebel- und Knoblauchgranulat und restlichen Chiliflocken (1 Tl) in einer Schüssel mischen. Restliches Olivenöl (4 El) unterrühren.

5 Fleisch mit etwas Marinade dünn bestreichen und gründlich einmassieren. Steak auf den heißen Grillrost legen und von jeder Seite 3 – 4 Minuten geschlossen scharf angrillen. Dabei mit der restlichen Marinade bepinseln. Danach in den indirekten Bereich des Grills ziehen und geschlossen bis zu einer Kerntemperatur von ca. 53 Grad fertig garen. Zwischendurch nochmals wenden und mit Salz und Pfeffer würzen. Steak nach dem Garen zugedeckt ca. 5 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

6 In der Zwischenzeit Lauchzwiebeln bei mittlerer Temperatur unter Wenden 5 – 8 Minuten grillen, mit Salz und Pfeffer würzen. Melonenkugeln und Senf-Dressing vermengen, abschmecken.

7 Zum Servieren Steak quer zur Faser aufschneiden, mit Lauchzwiebeln und marinierter Melone anrichten. Mit Schnittlauch und gegebenenfalls Schnittlauchblüten garniert servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 40 MINUTEN
PLUS TEMPERIERZEIT CA. 1 STUNDE

Rank und Flank

Für Amerikaner ist es das Flank Steak, für Franzosen das Bavette de flanchet, für Engländer die Hose und für Deutsche der Bauchlappen. Doch in allen Ländern ergibt der Cut aus dem hinteren unteren Teil des Rinderbauchs, der Dünnung, dünne Steaks, die mager und trotzdem reich an Geschmack sind. Da das Fleisch lange Fasern hat, bietet es sich besonders zum Schmoren an oder auch als Rouladenfleisch. Und natürlich ist das Flank auch vom Grill ein Genuss! Egal wie man es zubereitet, danach sollte man das Steak unbedingt mit der Faser längs halbieren und erst dann gegen die Faser in dünne Scheibchen schneiden. Nach dem Reinbeißen bleiben dann keine Zweifel mehr, warum das Flank als das beliebteste Steak der USA gilt!

FOTOS: REINHARD HUNGER; REZEPTE & FOODSTYLING: RAIK HOLST; PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL & KATHARINA MECHOW/ALLE FÜR BEEF!

BEEF! PRIME TIME

MÄNNER KOCHEN ANDERS

Perfekter Grillgenuss auf 2 Grillflächen

Der neue DESIGN TISCHGRILL PLANCHA & BBQ von GASTROBACK® sorgt diese Saison für den perfekten Grillgenuss. Zwei professionelle Grill-Wendeplatten aus massivem Alu-Druckguss, getrennt regelbar in 6 Stufen, erlauben auf einer extra großen Grillfläche von ca. 1300 cm² (2 x 650 cm²) bei 2.000 Watt Leistung Temperaturen von 90° bis zu 240°C. Der Clou dabei, jede Grillplatte ist mit einer glatten Plancha-Seite und einer geriffelten BBQ-Seite ausgestattet, sie lassen sich nach Belieben drehen und wenden. So sorgt der DESIGN TISCHGRILL PLANCHA & BBQ für vielfältige Möglichkeiten auf zwei Grillflächen.

Video und weitere Infos auf:
www.gastroback.de

GASTROBACK®

Jetzt wird auch der Tisch von den Profis gedeckt!

Die jahrzehntelange Erfahrung von Friedr. Dick aus der Profi-Kochszene ist direkt in die Entwicklung der neuen Steak- und Tafelmesser PURE METAL AJAX eingeflossen. Die bekannte AJAX Form gibt es für die Küche seit vielen Jahren und ist der unangefochtene Messer-Liebling aus der Esslinger Manufaktur. Kein Sternekoch, der nicht ein AJAX in seinem Repertoire hat, kein ehrgeiziger Hobbykoch, der nicht mit einem AJAX arbeitet. Pur, edel und typisch F. DICK durchdachtes Design. So könnte man die Neuinterpretation des AJAX für die Tischkultur beschreiben.

www.dick.de

DICK
Traditionsmarke der Profis

RASSE STATT MASSE

ITALIEN → AUF SARDINIEN HAT EIN METZGER EINEN NEUEN SINN IN SEINER ARBEIT GEFUNDEN: MIT HERZBLUT KÄMPFT WALTER VIVARELLI FÜR DEN ERHALT AUSSTERBENDER RINDERRASSEN

FOTO **SEVERIN WOHLLEBEN** TEXT **MARGHERITA BETTONI**

Frisch aufgetischt: Walter Vivarelli betreibt auf Sardinien nicht nur die Metzgerei „Macelleria Vivarelli“, sondern auch gleich ein Restaurant

WALTER VIVARELLI:
MACELLERIA VIVARELLI

ADRESSE VIA BOSCO CAPPUCCIO 61,
09122 CAGLIARI, SARDINIEN, ITALIEN

KONTAKT TEL. +39/070-27 29 49,
+39 29 44 65 55
ODER E-MAIL: W.VIVARELLI@TISCALI.IT

MEHR INFOS MACELLERIAVIVARELLI.IT

NACHHALTIG WIRTSCHAFTEN HEISST AUCH: ALTE RASSEN ERHALTEN

Wenn man sich einmal quer durch Sardiniens Fleischspezialitäten essen will, braucht man nicht die ganze Insel zu bereisen. Ein Besuch im Metzgerei-Restaurant von Walter Vivarelli in der Hauptstadt Cagliari reicht dafür aus. In einem kleinen Saal mit Mauern aus Kalkstein und Holzbalken serviert der 57-jährige Metzger das Beste aus der Region. Zu den Natalis, den Maccheroni ähnlichen Nudeln aus sardischem Hartweizengrieß, reicht er Purpuzza, zerrupfte Salsiccia-Wurst, die mit Wein abgelöscht, in Tomatensauce gekocht und mit Schafskäse garniert wird. Für das Ghisau, einem gulaschartigen Gericht, nutzt Vivarelli Fleisch der sardischen Rinderrasse Sardo Modicana. Das sardische Gulasch wird mindestens vier Stunden geschmort - in heimischem Rotwein Cannonau. Alles im Restaurant kommt aus Sardinien, vom Tatar, das als Antipasto serviert wird, bis zu den Seadas, süßen Teigtaschen mit Honig und Schafskäse, die als Nachspeise jedes Abendessen abrunden. „Nur eines ist nicht von hier", räumt Vivarelli ein: „die Cola!"

Vivarelli, ein schlanker Mann mit Brille, hat das Metzgerei-Restaurant in einer der vielen Gassen in Cagliaris Altstadtviertel Marina 2019 eröffnet. Es ist die vorerst letzte Etappe einer persönlichen Reise, die in den 2000er-Jahren begonnen hat - einer Reise, die ihn dazu gebracht hat, sich intensiv mit sardischem Fleisch auseinanderzusetzen und alle Schritte, von der Zucht über die Verarbeitung bis zum Esstisch, selbst in die Hand zu nehmen.

Am Anfang der Reise des Walter Vivarelli steht eine Metzgerei in Cagliaris Arbeiterviertel San Michele. Vivarellis Vater Ottavio hatte sie im Jahr 1966 eröffnet. „Ich war fünf, als ich angefangen habe, im Betrieb zu helfen", erzählt Vivarelli am Telefon. Der Metzger erinnert sich heute, wie der Vater ihm ein altes, stumpfes Messer in die Hand drückte, um die Fleischreste von den Knochen zu schaben. Oder wie er lernte, Innereien zu putzen, um daraus Treccia d'Agnello herzustellen, ein sardisches Festgericht aus Lamminnereien, die kunstvoll geflochten werden.

Doch dann ein Schicksalsschlag: Vivarelli war acht Jahre alt, als sein Vater starb. Mutter Bonaria führte den Laden weiter, unterstützt von Familie und Mitarbeitern. Auch der Sohn packte im Betrieb mit an, mehr aus Pflichtbewusstsein als aus der Überzeugung heraus, später selbst Metzger zu werden: „Wenn du jung bist, machst du Dinge, ohne genau zu wissen, wer du bist und wohin du gehst. Es ist nicht so, dass ich wusste, was aus mir werden sollte. Aber ich habe schon immer meinen Job gemacht", erzählt er rückblickend. Mit 17 Jahren führte Vivarelli den Laden gemeinsam mit seiner Mutter, 1990 übernahm er ihn schließlich allein.

Die nächste Etappe der Reise, die Vivarelli zu dem Metzger gemacht hat, der er heute ist, geht auf das Jahr 2001 zurück. Die Geburt seiner Tochter Claudia brachte ihn damals zum Nachdenken. Er war mit vielen Veränderungen seines Berufsumfelds unzufrieden: „Vor allem durch das Aufkommen von industriellem Fleisch hatte ich nicht mehr die nötige Leidenschaft für meinen Job. Er ekelte mich sogar ein wenig an", sagt er.

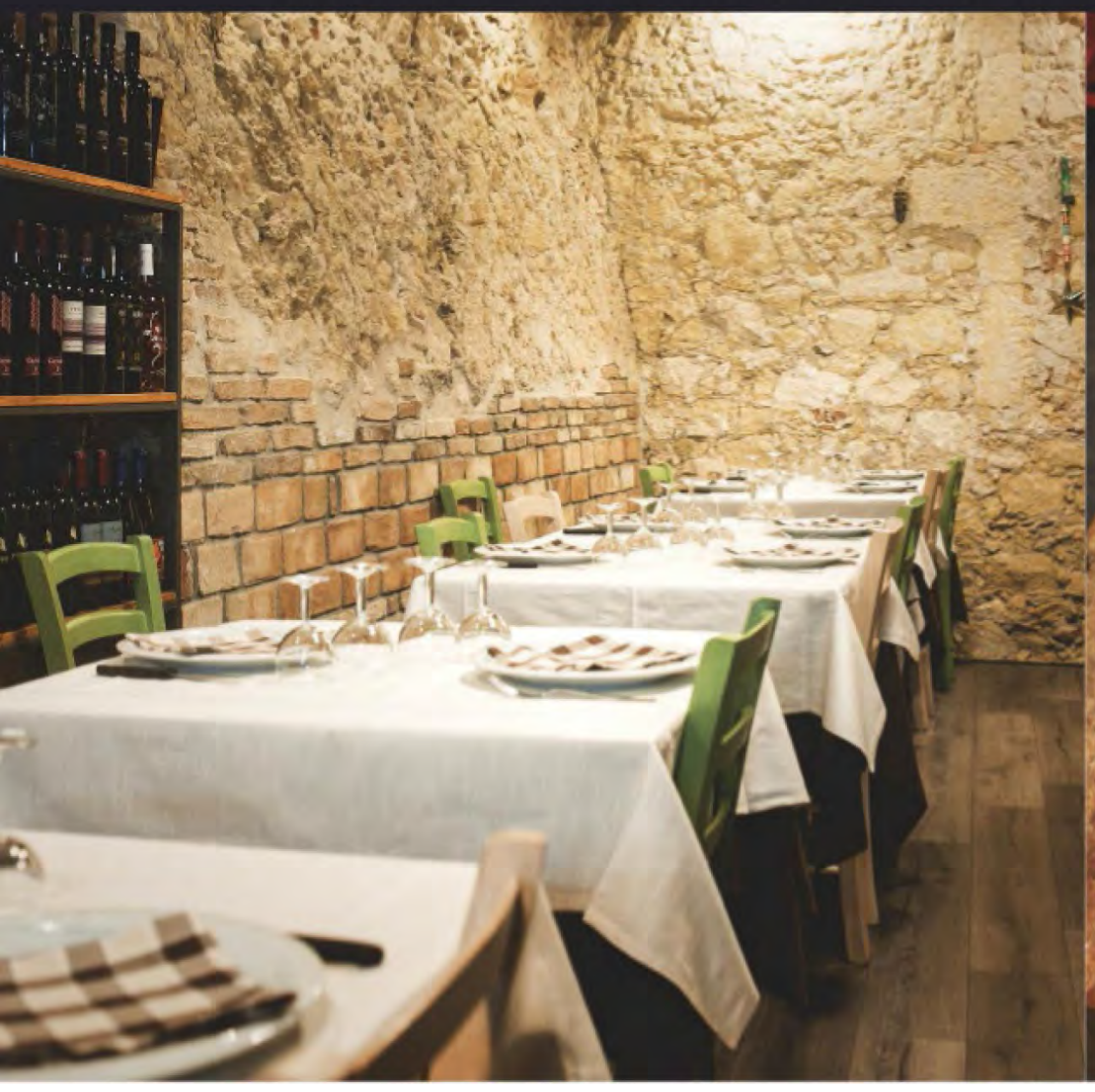
So fing der Metzger an, sich neu zu sortieren. Wichtig war für ihn vor allem nachhaltiger zu arbeiten. Und Nachhaltigkeit hieß für Vivarelli auch, einheimische Rassen zu fördern. So trat er Anfang der 2000er dem „Consorzio del Bue Rosso" bei, einem Verein, der sich für den Erhalt des roten Ochsen einsetzt. „Bue Rosso", zu Deutsch „roter Ochse", das ist der Spitzname der Tiere der Rasse Sardo Modicana: muskelbepackte, rostrote Tiere mit geschwungenen Hörnern. Sie ist eine der drei autochthonen Rinderrassen Sardiniens. Die Rasse wird seit 1880 gezüchtet, eine Kreuzung zwischen Stieren aus dem sizilianischen Modica und Kühen aus Südsardinien. Das Ziel war damals ein kräftiges Arbeitstier, da die heimischen Rinder zu klein und nicht sonderlich stark waren. Die neue Rasse setzte sich schnell durch: 1950 lebten auf Sardinien rund 60 000 Tiere. Sie wurden sowohl bei der Arbeit auf den Feldern eingesetzt als auch für die Produktion von Milch und Fleisch. Mit der zunehmenden Industrialisierung ging die Anzahl der Rinder jedoch massiv zurück. 2006 zählte das sardische Landwirtschaftsministerium gerade noch 1485 Kühe.

Mehrere Jahre lang kaufte Vivarelli Bue Rosso von befreundeten Bauern. Es war lange Zeit die einzige Rinderrasse, »

Schwein gehabt: Walter Vivarelli hängt nicht nur an alten Rinderrassen, auch an Nationalgerichten wie „Porceddu“, dem gegrillten Milchschweinchen

In der „Macelleria Vivarelli“: der Chef (rechts) mit Mitarbeitern. Im Hintergrund: Bilder aus den Anfangszeiten des Familienunternehmens

Im Restaurant (links) neben der Metzgerei serviert Walter Vivarelli sardische Spezialitäten, natürlich auch Fleisch des Bue Rosso (rechts)



VON ZUNGE BIS SCHWANZ: FÜR VIVARELLI GIBT EIN TIER MEHR ALS STEAKS

die er verarbeitete. Bis heute ist ein roter Ochse Logo seiner Metzgerei.

Es ist auch der Bue Rosso, der die nächste Etappe von Vivarellis Reise prägt: Er wurde selbst zum Züchter. Zu den rund 100 Tieren von Vivarelli gehören heute sowohl Rinder der Rasse Sardo Modicana als auch der anderen autochthonen Rasse Sardo Bruna. Sie verbringen einen Großteil des Jahres auf Weiden in bis zu 800 Metern Höhe und fressen, was dort wächst: wilde Disteln, wilden Fenchel, Artischocken. Die Rinder verbringen ihre letzten fünf Lebensmonate im Stall eines befreundeten Züchters in Guspini, etwa eine Autostunde von Cagliari entfernt, ehe sie in einem kleinen Schlachthof geschlachtet werden. Das Fleisch des Bue Rosso ist tiefrot, mit einem fingerdicken Fettdeckel und kaum marmoriert. Vivarelli lässt es zwischen 20 und 40 Tagen reifen und setzt es für alle möglichen Gerichte ein, von Carpaccio bis hin zum Gulasch.

Nicht nur bei den Rindern setzt Vivarelli auf Regionalität. „Ich möchte Sardinien, meinem Heimatland, etwas zurückgeben. Und das tue ich, indem ich seit Jahren versuche, die lokale Wirtschaft zu fördern“, sagt er. So kauft Vivarelli sardische Schweine von Demetra und Luca Vivarelli, seiner Nichte und seinem Neffen. Sie haben eine Zucht am Fuße des Marganai-Gebirges. Aus den Schweinen bereitet Vivarelli Salsiccia-Würste, aus den 30 Tage alten Ferkeln das Nationalgericht Sardiniens, Porceddu, gegrilltes Milchschweinchen.

Das Metzgerei-Restaurant ist die letzte Etappe und auch die Krönung von Vivarellis Reise. Es ist der Metzger selbst, der entscheidet, welche Gerichte hier serviert werden: Er zeigt dem Koch die Rezepte. Durch das Restaurant versucht Vivarelli die Kunden dafür zu sensibilisieren, dass ein Tier viel mehr als nur ein Steak hergibt. Er serviert Innereien wie Kutteln oder Zunge, auch Schwanz und viele Schmorgerichte. Sein Plan ist aufgegangen: Viele Stammkunden kommen genau wegen dieser Gerichte hierher. „Sie sagen, das Essen würde so schmecken wie das ihrer Großmütter“, sagt Vivarelli. Und das ist in Italien bekanntlich das größte aller Komplimente.

FOTOS: SEVERIN WOHLLEBEN FÜR BEEF!

ZUKUNFT DER ERNÄHRUNG FOLGE 10

DAS KALBFLEISCH-SYSTEM

TEXT **FERDINAND DYCK**

GEBOREN, GEMÄSTET, ZUM SCHLACHTHOF GEKARRT: DEUTSCHE KÄLBER FÜHREN EIN DASEIN ALS SCHNITZELFABRIK. DOCH ES GEHT AUCH ANDERS – UND MAN KANN DEN UNTERSCHIED SCHMECKEN

FOTO: AMIT CHAUHAN/ALAMY/MAURITIUS IMAGES

Auf den Wiesen des Salzachtals blühen die Maiglöckchen. Drumherum schmiegen sich kleine Ortschaften an große Berge. Auf den satten Weiden am Fuße der Kalkalpen grasen Fleckvieh-Kühe mit dicken Eutern, dazwischen stehen Bauernhöfe, die ausschauen, als hätte sie jemand ins Bilderbuch gemalt: Wohnhäuser mit ausladenden Balkonen neben Scheunen und Ställen aus Holz, wie sie hier schon vor Jahrhunderten gebaut wurden. Idylle pur. Wegen dieser Landschaft zählt das Salzburger Land in Österreich zu den beliebtesten Urlaubszielen der Deutschen.

Doch hinter der malerischen bäuerlichen Kulturlandschaft verbergen sich mehr Realität und Realismus, als man sie dort, wo die meisten der Touristen herkommen, verträgt. Was man nämlich auf den satten österreichischen Weiden selten oder gar nicht mehr sieht: Kälber und Jungrinder. Milchkühe bekommen zum Großteil im Herbst oder im Winter Nachwuchs. Jetzt ist es nicht mehr lang bis zum Sommer. Und die meisten der Kälber, die vor vier oder fünf Monaten geboren wurden, sind mittlerweile tot.

Hannes Hönegger versteht viel von der Realität der Bauern im Salzburger Land, denn er ist selber einer. „Ein Kalb denkt nicht an morgen“, sagt der Mann aus dem Lungau, einer Talschaft auf über 1000 Metern Höhe, ganz im Südosten des Bundeslandes Salzburg. „Wenn ein zwölf Wochen altes Kalb stirbt, ist es nicht anders, als wenn eine vierjährige Kuh stirbt.“ Was er damit sagen will: Wenn er, der Bauer und Kälberzüchter, eines seiner Tiere schlachtet, dann empfindet er zwar keine Freude dabei. Er ist aber überzeugt davon, dass er damit das Richtige tut. „Es geht nicht darum, wie lange ein Nutztier gelebt hat“, sagt er, „sondern darum, wie gut es gelebt hat.“

Das Problem: Im außer Kontrolle geratenen System moderner Nahrungsmittelproduktion spielt der letzte Punkt fast keine Rolle. Es zählt nur: Effizienz – und Masse. Auf Deutschland übertragen geht die Rechnung so: Knapp vier Millionen Milchkühe geben pro Jahr 34 Milliarden Liter Milch. Damit sie das schaffen, »

Neues Kalbfleisch braucht das Land!

Bio-Siegel allein garantieren leider kein besseres Leben für Kälber: Auch die Nachkommen von Kühen, die auf Öko-Betrieben mit den derzeit strengsten Regeln gehalten werden, landen häufig in konventionellen Mastbetrieben und Schlachthöfen. Man muss sich deshalb sehr viel Mühe geben, im Wirrwarr der Siegel und Kennzeichnungen durchzublicken. Doch man findet anständig produzierte Milchprodukte und das Fleisch der Kälber, ohne die es keine Milch gäbe, in Deutschland mittlerweile immer öfter. Im Biomarkt kann man zum Beispiel auf das Siegel „Kuhgebundene Kälberaufzucht" achten. Hier einige vorbildliche Projekte und Initiativen:

— Das 2019 von der Erzeugergemeinschaft „Demeter Heumilchbauern" und der Tierschutzorganisation „Provieh" aufgelegte Siegel „Kuh und Kalb" garantiert, dass Kalbfleisch ausschließlich aus „kuhgebundener Kälberaufzucht nach den Mutter-Amme-Kalb-Kriterien" stammt: Alle Kälber wachsen für mindestens vier Wochen bei der Mutter oder einer Amme auf – einer Milchkuh, die mehreren Kälbern Milch gibt – und bleiben bis zur Schlachtung auf den Höfen. Teilnehmende Betriebe und Verkaufsstätten in ganz Deutschland findet man unter: *provieh.de/unsere-arbeit/kampagnen/kuh-und-kalb/*

— Die Kälber der „Bruderkalb-Initiative" in der „Bio-Musterregion Hohenlohe" im Nordosten Baden-Württembergs dürfen vom Euter ihrer Mütter trinken, Gras und Heu fressen, haben viel Bewegung und Sozialkontakte zu Artgenossen. Ergebnis: qualitativ hochwertiges Fleisch mit kräftiger Farbe und intensivem Geschmack. Statt nur Schnitzel und Filet werden alle Teilstücke der geschlachteten Kälber verwertet. Das gebiete „allein der Respekt vor dem Tier". Mehr Infos über: *bruderkalb.wordpress.com*

— Das Projekt „HofRind" vereint Demeter-Milchviehbetriebe im Norden Deutschlands, die ihre Kälber selber aufziehen und ihr Fleisch ganzheitlich vermarkten, man bekommt es von Flensburg bis Osnabrück – wo genau, erfährt man über: *demeter-im-norden.de/hofrind-unsere-kalber-bleiben#fleischmilch*

— Die Kühe und Kälber der norddeutschen Erzeugergemeinschaft „De Öko Melkburen" werden das ganze Jahr über auf der Weide gehalten und bekommen Gras und Heu zu fressen. Milch, Butter, Quark, Joghurt sowie Kalbshackfleisch und Kalbsknochen bekommt man von Flensburg bis Hamburg im Handel: *deoekomelkburen.de/wokaufen* und deutschlandweit per Onlineshop über *shop.deoekomelkburen.de*

muss jede von ihnen einmal pro Jahr ein Kalb zur Welt bringen – ohne Nachwuchs produziert kein Säugetiereuter dieser Welt verlässlich Milch. Unterm Strich werden jährlich also auch etwa vier Millionen Kälber geboren.

Ungefähr die Hälfte dieser Kälber ist männlich, die andere Hälfte weiblich. Von den weiblichen Kälbern wird ein Teil selbst zu Milchkühen. Heißt im Umkehrschluss: Für den Großteil der Kälber haben die Milchbauern keine Verwendung, sie sind – nüchtern formuliert – Nebenprodukte.

Was aber geschieht mit diesen Kälbern? Und was sollte mit ihnen geschehen? Die Antwort auf die erste Frage hat eine Menge mit großen Transportfahrzeugen und mit noch viel größeren Mastställen in Norddeutschland und den Niederlanden zu tun. Zu ihr kommen wir noch. Zur Klärung der zweiten Frage kehren wir zurück ins Salzburger Land. Wildshut, ein paar Steinwürfe von der Salzach entfernt. Auf der anderen Seite des Grenzflusses liegt der südöstlichste Zipfel Deutschlands. Die Sonne scheint, aber es ist noch nicht allzu heiß, an diesem Montagmittag Anfang Mai. Das wäre auch nicht hilfreich, denn im Restaurant von „Gut Wildshut", einem Anwesen der Salzburger Brauerei Stiegl mit angeschlossener Landwirtschaft und Gastronomie, sind neun „Schlögel" auf einem Tisch arrangiert. Schlögel ist Österreichisch für die Hüfte von Rind oder Kalb. Rot und roh liegen die Tierteile da, daneben hängen neun weitere Muskelpartien an einem Stahlgerüst.

Die Fleischschau ist der zentrale Akt einer Veranstaltung des „Koch.Campus". Die vor neun Jahren gegründete Vereinigung von rund 40 Spitzenköchen und Produzenten, vor allem Winzern, hat sich zum Ziel gesetzt, das Profil der österreichischen Küche zu schärfen, indem sie ihre Techniken und Zutaten von Grund auf neu erforscht. In den vergangenen Jahren hat sich der Koch.Campus auf Veranstaltungen zum Beispiel mit der Frage befasst, wie man Innereien so zubereiten kann, dass sie wieder mehr Menschen essen mögen, Schafe welcher

Rassen am besten schmecken und wie sich der Boden, in dem eine Demeter-Karotte wuchs, auf ihren Nährstoffgehalt und Geschmack auswirkt. Kulinarische Grundlagenarbeit mit ernährungspolitischem Anspruch sozusagen.

Diesmal geht's ums Kalb. Das Fleisch jener neun Tiere, die zu den Hüften auf dem Tisch gehören, soll im Laufe des Tages von Köchen, Landwirten und einem Fachpublikum verkostet werden. Davon erhoffen sich die Veranstalter Rückschlüsse auf die Fleischqualität, die verschiedene Rinderrassen und Mastmethoden hervorbringen. Doch in Wahrheit geht es um mehr. Das Verhältnis von Mensch und Kalb soll neu geordnet werden.

„Wir müssen den kompletten Kreislauf ändern", sagt Hannes Hönegger, der Kälberzüchter, der seine Tiere selbst aufzieht, mästet und schließlich im eigenen Betrieb schlachtet. Im Alter von bis zu vier Monaten, wie es unter den Bergbauern seit jeher üblich - und lange auch gesetzlich geregelt war. Man hört Hönegger seine Fassungslosigkeit an, als er von einer Entscheidung der EU-Kommission aus dem Jahr 2008 erzählt. Damals interpretierte eine Verordnung aus Brüssel das Kalb um. Mit einem Mal durften Jungrinder von bis zu acht Monaten unter diesen Begriff gefasst werden - die europäische Mastindustrie hatte sich diese Verlängerung des Schlachtalters gewünscht. Seitdem sei es nur noch um eins gegangen, sagt Hönegger: „Wie produziert man das größte Kaiserteil zum billigsten Preis?" Als Kaiserteil bezeichnet man in Österreich die Kalbsschale, den wichtigen Schnitzel-Cut. So sei das Produkt Massenkalbfleisch entstanden, das man heute überall serviert bekäme: in Wirtshäusern, Krankenhäusern, Schulen und Kitas. Genau da setzt die Vision von Hönegger und seinen Mitstreitern an. „Wir müssen zurück zu unseren Wurzeln", sagt er, „wir müssen wieder so arbeiten, wie es früher üblich war."

Dann zählt er die vier Forderungen auf, die im Laufe des Tages immer wieder zu hören sein werden: Alle österreichischen Kälber sollten wieder auf dem heimischen Hof im Umfeld der Mutter aufwachsen. In den Kantinen aller öffentlichen Einrichtungen des Landes, in Kitas, Schulen, Behörden, Krankenhäusern und Seniorenheimen, müsse österreichisches Kalbfleisch serviert werden, keine Importware. Die Bauern sollten einen anständigen Preis für ihr Kalbfleisch bekommen, mindestens neun Euro fürs Kilo. Und Köche wie Verbraucher müssten neu lernen, dass hochwertiges Kalbfleisch nicht blassweiß ist, sondern kräftig rosa schimmert.

Um zu verstehen, wie radikal diese Forderungen sind, muss man sich klarmachen, wie die Sache heute läuft. Etwa in Deutschland, wo der Preis, den ein Milchbauer für ein Kalb bekommt, 2020 auf zum Teil nur einige Euro fiel. Und wo zugleich mehr Kälber geboren werden als irgendwo sonst in Europa.

Alles beginnt im Milchviehstall. Die Kälber werden dort in der Regel direkt nach der Geburt von ihren Müttern getrennt. Sie kommen in kleine Boxen, diese Einzelhaltung der Kälber ist bis zur achten Lebenswoche gesetzlich erlaubt. So will man verhindern, dass eine Bindung zwischen Mutterkuh und Kalb entsteht. Es gibt viele Diskussionen darum, was artgerechte Haltung bedeutet. Dass ein Kalb fast keine natürlichen Instinkte ausleben darf - Kontakt zur Mutter, soziale Kontakte innerhalb der Herde und zu anderen Kälbern, den angeborenen Spieltrieb -, ist per Definition das glatte Gegenteil.

Laut Gesetz müssen die Kälber 14 Tage lang mit der Milch ihrer Mütter gefüttert werden, der sogenannten „Biestmilch", die direkt nach der Geburt besondere Stoffe enthält, die die Kälber gegen Krankheitserreger immunisiert. Ans Euter dürfen die Kälber dafür nicht, sie müssen aus der Flasche oder dem Tränkeimer saufen. Schafft ein Tier das nicht - der Saugreflex ist in den ersten Tagen häufig unterentwickelt -, wird es nicht selten mit einer Sonde zwangsernährt. Ab dem 15. Tag werden Kälber dann mit dem sogenannten Milchaustauscher gefüttert. Einem aufbereiteten Mix aus Magermilch und Molke, vereinfacht gesagt: mit dem, was bei der Erzeugung von Milchprodukten für den Menschen, also Käse, Sahne und Butter, übrig bleibt. Vollmilch bekommen die Kälber nicht. Die wollen ja die Menschen.

Natürlich gibt es rühmliche Ausnahmen von der Regel. Bäuerinnen und Bauern, die ihre Kälber drei Monate lang von den Eutern der Mütter saufen lassen. Rund 8500 Liter Milch gab jede deutsche Kuh 2020 im Schnitt. Etwa 1000 Liter davon braucht ein Kalb zu Beginn seines Lebens, um sich zu entwickeln. Weil diese Milch dann aber nicht mehr verkauft werden kann und weil die Pflege der Kälber aufwendig ist, sind die Erzeugnisse

Woran man das Fleisch artgerecht gehaltener Kälber erkennt? Es ist rosa – statt leichenblass

solcher Höfe deutlich teurer als Käse oder Butter, wie sie in der Regel im Supermarktregal liegen. Ein Liter Milch von „De Öko Melkburen" etwa, einer Erzeugergemeinschaft in Schleswig-Holstein, deren Mitglieder Kuh und Kalb nicht voneinander trennen, kostet im Einzelhandel rund zwei Euro. Zum Vergleich: Der Discounter Aldi hat seine Preise »

FOTO: VPARDI/ADOBE STOCK

im Januar um einige Cent angehoben – auf 83 Cent pro Liter Vollmilch.

Wer diese Milch kauft, kann sich ziemlich sicher sein, was mit den Kälbern, die ihretwegen geboren werden, geschieht: Im Alter von zwei bis drei Wochen werden sie auf Transporter geladen, Hunderte Kilometer über Autobahnen gefahren und vor großen Ställen in Norddeutschland oder den Niederlanden wieder ausgeladen. Dieses Schicksal ist in Deutschland die Regel, nicht die Ausnahme. Pro Woche kommen etwa 12 000 Kälber aus Deutschland in die Niederlande, rund 600 000 pro Jahr. In Deutschland selbst werden jährlich rund 90 000 weitere Kälber gemästet, etwa 1,3 Millionen Nachkommen von Milchkühen dürfen einige Monate länger leben und werden erst als Jungbullen oder Färsen geschlachtet.

Um das Nebenprodukt Kalb ist seit der Intensivierung der Milchwirtschaft ab den 1960er-Jahren eine Billig-Industrie gewachsen. Das Prinzip: Die mageren Tiere aus Milchhochleistungsrassen, vor allem „Holstein-Friesian“, werden so gut es geht auf Schlachtgewicht gebracht. Zu fressen bekommen sie vor allem Stroh und Getreide, nicht Gras oder Heu, wie es ihren natürlichen Ernährungsgewohnheiten entspräche. Das hält ihr Fleisch weiß, wie der Verbraucher es wünscht.

Weil in den Mastbetrieben Kälber von vielen verschiedenen Milchbetrieben zusammenkommen, gehen Krankheiten um. Der Einsatz von Antibiotika ist entsprechend hoch. Im Alter von etwa 22 Wochen kommen die Jungtiere wieder auf den Laster. Noch mal geht es über zum Teil weite Strecken – zum Schlachthof. Anschließend werden in Deutschland selbst oft nur die vermeintlichen Edelteile vermarktet, also Rückenbraten, Schnitzel und Filets.

Wie weit Anspruch und Wirklichkeit im deutschen Milch- und Kalbfleisch-System auseinanderklaffen, verrät ein Blick in den Abschlussbericht der „Zukunftskommission Landwirtschaft“, im Juni 2021 einstimmig von Vertretern aus Wissenschaft, Wirtschaft, Bauern- und

Umweltverbänden beschlossen: Das Ziel, so steht es dort, sei die „Entwicklung und Umsetzung von Verfahren oder Produktionsketten, die den Transport lebender Tiere, insbesondere sehr junger Tiere, verringern oder überflüssig machen." Nimmt man den Satz ernst, wäre es aus mit dem real existierenden Kälber-System. Das läuft aber bislang weiter wie gehabt.

Das Fleisch, das es hervorbringt, liegt in Wildshut auf dem Tisch. Auch die Hüfte eines Kalbs aus Deutschland nämlich, das in den Niederlanden gemästet wurde, haben die Mitglieder des Koch.Campus für ihre Veranstaltung besorgt. Man erkennt sie leicht: Sie ist mehr als doppelt so groß wie die Schlögel der kleinsten österreichischen Kälber. Knapp 150 Kilogramm betrug das Schlachtgewicht des siebeneinhalb Monate alten deutschen Kalbs. Das österreichische „Bio-Vollmilch-Kalb" der Rasse Pinzgauer, dessen Fleisch die Verkostung am Ende gewinnen wird, brachte nach drei Monaten gerade einmal 60 Kilogramm auf die Waage.

Noch extremer ist der Unterschied auf dem Teller. Jeweils ein wenig rohes Tatar und ein Stück Kurzgebratenes werden für die Blindverkostung der neun Kälber serviert. Das Fleisch des deutschen sowie eines niederländischen Kalbs schimmert nicht rötlich wie die anderen Fleischproben, es ist fast weiß. Es hat kaum Geschmack, kein wahrnehmbares Fleischaroma. Das Urteil der über 100 Tester ist eindeutig: Das deutsche Kalb landet auf dem vorletzten, das niederländische auf dem letzten Platz. Auf den vorderen Rängen landen ausschließlich die österreichischen Kälber, denen die Reise nach Holland erspart blieb.

Am Abend beweisen die österreichischen Spitzenköche dann, wie exzellent hochwertiges, anständig erzeugtes Kalbfleisch wirklich schmecken kann. Im Gourmet-Restaurant „Döllerer" in Golling-Abtenau servieren sie unter anderem geräucherte Kalbszunge mit Heumilch, Kalbsleber-Eis und Vogelbeeren, ein ausgebackenes Kalbsbries, eingebettet zwischen Sardellen- und Zitrusaromen, sowie gefüllten Kalbsschwanz mit Nussbutter-Polenta und fermentierter Champignoncreme. Feine Kreationen allesamt, mit dem vollen Geschmack eines kurzen, guten Lebens.

Könnte die Sache tatsächlich so einfach sein? Braucht man die Menschen nur wieder von echtem, kernigem, roséfarbenem Kalbfleisch kosten zu lassen, damit sie die blassen, industriell erzeugten Massenschnitzel links liegen lassen? Kann man sie gar überzeugen, dass das Fleisch eines Kalbs, das sein Leben artgerecht verbringen durfte, im Freien oder bei der Mutterkuh im Stall, das sich erst von Vollmilch und anschließend von Heu und Gras, nicht von Stroh und Getreide ernährt hat, ein Wert an sich ist?

Im Salzburger Land könnte es klappen. Dank Pionieren wie Hannes Hönegger und seinen Mitstreitern. Und weil Landwirtschaft sich dort ohnehin noch recht nah an den natürlichen Kreisläufen vollzieht. Salzburg ist die Bio-Bastion Europas. 50 Prozent aller landwirtschaftlichen Betriebe, jener eher kleinen Höfe am Fuße der großen Berge, arbeiten ökologisch. Außerdem wird vor allem Fleckvieh gehalten, eine Zweinutzungsrasse, die sowohl nahrhafte Milch wie hochwertiges Fleisch liefert. „Wir produzieren in Österreich genug Milch", sagt Hönegger, „um damit alle Kälber ernähren zu können und trotzdem genug für die Menschen übrig zu haben."

Wie man die Sache in Deutschland hinbekommen soll, dafür braucht es mehr Fantasie. Die landwirtschaftliche Produktion folgt – mindestens in der nördlichen Hälfte der Republik – fast ausschließlich der Logik industrieller Fertigung. Die schwarz-bunten Holstein-Friesian-Rinder liefern zwar enorme Mengen an Milch, aber kaum Fleisch, vor allem kein edles, das hat man ihnen durch Züchtung ausgetrieben. Die neue Bundesregierung will zumindest Schritte in die richtige Richtung versuchen. In ihrem Koalitionsvertrag haben sich SPD, Grüne und FDP Ende 2021 gleich mehrere ambitionierte Ziele gesteckt: 30 Prozent ökologischer Landbau soll bis 2030 erreicht, das Tierschutzgesetz „verbessert" werden, Lebendtiertransporte in Nicht-EU-Staaten nur noch „auf Routen mit nachgewiesenen tierschutzgerechten Versorgungseinrichtungen" stattfinden dürfen. Auf EU-Ebene wolle man sich für „bessere Regelungen für Tiertransporte" einsetzen, in Deutschland „dezentrale und mobile Schlachtstrukturen" fördern.

Nun braucht man aber weder Jurist noch Politiker zu sein, um das entscheidende Problem an diesen Formulierungen zu verstehen: Sie sind wachsweich. Das Urteil von Wissenschaftlern und Experten: Die Richtung stimmt, die konkreten Schritte, wie man das große Ziel erreicht könnte, fehlen.

Vernichtendes Urteil: Das Industriefleisch landet bei der Blindverkostung auf den letzten Plätzen

Dass das Leiden der deutschen Kälber ein rasches Ende findet, ist deshalb unwahrscheinlich. So sehr es sich für alle Beteiligten lohnen würde. B!

FOTO: AMIT CHAUHAN/ALAMY/MAURITIUS IMAGES

ALLE SCHOTEN DICHT!

Noch lieber als unsere BBQ-Gäste füllen wir Paprika ab – mit Kalb, Schweinebauch und Wolfsbarsch. Oder wir machen aus dem Gemüse gleich Gazpacho mit Serrano, Ratatouille mit Lamm oder Ajvar mit Makrele. Genuss in Hülle und Fülle!

FOTOS **KLAUS ARRAS** FOOD **KATJA BRIOL**

Jenseits von Paprika. Rot, gelb, orange, grün, weiß, violett bis schwarz: Die Farbvielfalt des knackigen Gemüses ist beeindruckend. Von manchen Farben lässt sich direkt auf den Reifegrad der Früchte schließen: Grüne Paprika wurden unreif geerntet, rote konnten hingegen an der Pflanze ausreifen. Sie schmecken deutlich aromatischer.

Pimientos de Padrón kommen aus dem Örtchen Padrón in Galicien. Bereits um 1500 brachten spanische Entdecker Paprika vom amerikanischen Kontinent mit, auch in den Nordwesten ihres Heimatlandes. Vorsicht: Die grünen unreifen Pimientos sind bekannt dafür, dass ihr Schärfegrad ziemlich schwanken kann!

PIMIENTOS DE PADRÓN MIT RILLETTE VOM SCHWEINEBAUCH

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

600 g Schweinebauch (z. B. vom Ibérico), ½ Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, 2 El Olivenöl zum Braten, 1 Zweig Rosmarin, 1 El Tomatenmark, 50 ml Weißwein, Salz, 1 Tl Chiliflocken, 50 ml Gemüsefond (selbst gekocht oder aus dem Glas), 3 El Sonnenblumenöl, 500 g Pimientos de Padrón (Bratpaprika), ¼ Bund Thymian, 2 – 3 Tl grobes Meersalz

AUSSERDEM

Vakuumierbeutel, Vakuumierer, Sous-vide-Garer, großes Einkoch- oder Vorratsglas

1 Für die Rillette die Fettschwarte vom Schweinebauch abschneiden, in Würfel schneiden und für die spätere Verarbeitung zugedeckt kühl stellen. Aus Rest Schweinebauch Knorpel und/oder Knochen entfernen.

2 Zwiebel und Knoblauchzehen fein würfeln, in einer Pfanne im Olivenöl sacht hell andünsten. Rosmarin und Tomatenmark zugeben und bei hoher Hitze kurz anbraten. Mit Wein ablöschen. Rosmarin entfernen.

3 Schweinebauch mit Salz und Chiliflocken würzen, mit der Zwiebelmischung bestreichen. In einen Vakuumierbeutel geben. Mit Fond auffüllen und vakuumieren. Im Sous-vide-Garer bei 80 Grad etwa 14 Stunden garen.

4 Anschließend den Schweinebauch etwas abkühlen lassen. 1 El Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Den gewürfelten Bauchspeck darin sacht auslassen. Fleisch aus der Folie nehmen, zerzupfen und in ein großes Einkochglas schichten. Das ausgelassene Fett darübergießen. Auskühlen lassen.

5 Pimientos waschen, trocken tupfen und die Stielansätze und Kerne ausschneiden. Rillette mithilfe eines kleinen Löffels in die Schoten füllen. Restliches Öl (2 El) in einer Pfanne erhitzen, die Pimientos darin rundum kurz anbraten.

6 Thymian fein hacken, mit Meersalz vermengen. Pimientos de Padrón mit der Salzmischung bestreuen und anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE
PLUS SOUS-VIDE-GAR- UND ABKÜHLZEIT
ETWA 16 STUNDEN

Chili verleihen dieser Gazpacho das gewisse Etwas. Sie haben allerdings nichts mit Chile zu tun. Die kleinen scharfen Paprikaschoten stammen zwar ursprünglich aus Südamerika – ihr Name geht jedoch auf die Nahuatl-Sprache der Azteken zurück.

SCHARFE PAPRIKA-GAZPACHO

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

4 grüne Gemüsepaprika,
1 grüne Chilischote,
5 grüne Tomaten, 1 reife Mango,
1 Knoblauchzehe, 2 Stiele Basilikum,
1 Stiel Estragon, 2 El Gin,
4 El fruchtiges Olivenöl, Salz,
Pfeffer (frisch gemahlen),
8 Scheiben Serrano-Schinken,
4 grüne Spitzpaprika,
4 El gehobelter Parmesan

1 Gemüsepaprika halbieren, putzen, waschen und trocken tupfen. Hälften mit der Schalenseite nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft: 180 Grad) rösten, bis die Schale schwarze Blasen wirft. Inzwischen Chili, und Tomaten waschen. Tomaten putzen, grob schneiden. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden. Mango und Knoblauch grob würfeln. Chili entkernen.

2 Paprikahälften mit einem angefeuchteten Geschirrtuch bedeckt auskühlen lassen. Schale abziehen, das Fruchtfleisch klein schneiden und in einem Standmixer oder mit dem Stabmixer fein pürieren.

3 Weitere vorbereitete Zutaten, Basilikum, Estragon, Gin und Olivenöl in den Standmixer geben. Alles fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gazpacho bis zum Servieren gut durchkühlen lassen.

4 Zum Servieren Schinkenscheiben in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett kross braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Spitzpaprika waschen, trocken tupfen und längs halbieren. Kerne und weiße Scheidewände entfernen. Paprikahälften auf den Schnittflächen kurz anrösten. Mit den Schalenseiten nach unten auf Teller setzen und die Gazpacho zum Servieren hineingießen. Schinken in Stücke brechen. Gazpacho mit Schinken und Parmesan garniert servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 30 MINUTEN
PLUS KÜHLZEIT CA. 2 STUNDEN

PAPRIKA-RATATOUILLE MIT LAMM-KÖFTE

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

14 Kirschpaprika,
je 4 gelbe und grüne Spitzpaprika,
je 2 mittelscharfe rote und grüne Peperoni,
800 g Lammschulter, 4 Knoblauchzehen,
1 Tl Koriandersamen, Schale von
½ Bio-Zitrone, 8 El Olivenöl, 2 rote Zwiebeln,
6 Stiele Zitronenthymian, ½ Tl Chiliflocken,
Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)

AUSSERDEM **8 Metallspieße**

1 Gesamte Paprika und Peperoni waschen und trocken tupfen. Lammfleisch parieren, kalt waschen, trocken tupfen. Fleisch zunächst dünn aufschneiden und längs in 8 Streifen (ca. 6 cm breit) teilen. Peperoni dritteln. Fleischstreifen wellenartig auf 8 Metallspieße ziehen, dabei die Peperoni mit aufspießen. Spieße in eine flache Form legen.

2 Für die Marinade 3 Knoblauchzehen in feine Stifte schneiden. Koriandersamen fein mörsern und mit der Zitronenschale, 3 El Olivenöl und Knoblauch mischen. Die Fleischspieße mit der Marinade bestreichen und zugedeckt ziehen lassen.

3 Währenddessen Paprika längs halbieren, entkernen. Paprikahälften mit den Schnittflächen nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) rösten, bis die Schale schwarze Blasen wirft. Paprika mit einem angefeuchteten Geschirrtuch bedeckt auskühlen lassen.

4 Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Rest Knoblauch (1 Zehe) und Thymian fein hacken. Mit 3 El Olivenöl, Zwiebelstreifen und Chiliflocken vermengen. In einer heißen Pfanne weich schmoren.

5 Grillpfanne oder Grill auf hohe Temperatur erhitzen. Lammspieße mit restlichem Öl (2 El) bestreichen und rundum kräftig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

6 Schale von den Paprikahälften abziehen, Fruchtfleisch fein würfeln und mit der Zwiebelmischung vermengen. Mit den Lammspießen auf Tellern anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 45 MINUTEN

Kirschpaprika sind gerade mal drei Zentimeter groß und kugelrund, die Spitzpaprika für diesen Spieß werden wiederum rank und schlank. Durch einfallsreiche Züchter ist die Formenvielfalt schier endlos: Die Hornpaprika wird bis zu 30 Zentimeter lang, die Tomatenpaprika hingegen rund und voluminös.
Die gängigste Sorte bleibt aber die milde Gemüsepaprika.

ZWEIERLEI AJVAR ZU GEGRILLTER MAKRELE

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

100 g Belugalinsen,
je 1 rote und gelbe Paprika, 1 Aubergine,
je 1 rote und gelbe Peperoni, 1 Zwiebel,
4 Knoblauchzehen, 4 El Weißweinessig,
7 El Olivenöl, Salz, Pfeffer (frisch gemahlen),
4 kleine bis mittlere Makrelen (küchenfertig vorbereitet), 1 rote Chili, 1 Bund Dill,
Schale von ½ Bio-Zitrone, 1 Tl Senf,
200 g schwarze Kalamata-Oliven (mit Stein),
Meersalzflocken

1 Belugalinsen nach Packungsanleitung in Wasser garen, abgießen und etwas auskühlen lassen. Paprika und Aubergine waschen. Beides längs halbieren, die Kerne und Trennhäute der Paprika entfernen, ebenso wie den Stielansatz der Aubergine. Die Gemüsehälften mit den Schnittflächen nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) ca. 25 Minuten rösten.

2 Blech dann aus dem Ofen nehmen. Gemüse mit einem angefeuchteten Geschirrtuch bedeckt auskühlen lassen. Inzwischen Peperoni waschen, entkernen. Zwiebel halbieren.

3 Schalen von Paprika und Aubergine abziehen, Fruchtfleisch grob hacken. Für das gelbe Ajvar Fruchtfleisch der gelben Paprika mit Hälfte Aubergine, zwei Knoblauchzehen, gelber Peperoni, Hälfte Zwiebel, 1 El Essig und 2 El Öl fein pürieren. Für das rote Ajvar übrige vorbereitete Zutaten, 1 El Essig und 2 El Öl fein pürieren. Ajvar-Cremes mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Makrelen kalt waschen, trocken tupfen und das Fleisch kreuzweise leicht einschneiden. Makrelen mit Salz und Pfeffer würzen. Grill oder 2 Grillpfannen auf mittlere Temperatur vorheizen. Makrelen auf dem Grill oder in der Pfanne unter Wenden etwa 20 Minuten rösten.

5 Für den Salat Chili waschen und trocken tupfen. Chili entkernen, Dill und Chili fein hacken. Dill, Chili, Zitronenschale, Senf, Rest Essig (2 El) und Olivenöl (3 El) zu einem Dressing mischen. Oliven und Linsen untermischen. Salat mit Salz abschmecken. Gegrillte Makrelen mit Meersalzflocken bestreuen, mit Ajvar-Cremes und Salat anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN

Peperoni werden gerne mal mit Chili gleichgesetzt, unterscheiden sich aber in Form und Geschmack von ihren botanischen Brüdern. Für die Schärfe sorgt bei beiden Paprikasorten Capsaicin. Ein Alkaloid, das einen Hitze- bzw. Schmerzreiz auslöst. Chili können dabei um einiges schärfer werden als Peperoni.

Spitzpaprikaschoten sind genau genommen gar keine Schoten, sondern Beeren. Sie entstehen aus drei bis fünf Fruchtblättern, die miteinander verwachsen, um einen Hohlraum zu bilden, in dem sich die Kerne befinden. Diese sind übrigens entgegen landläufiger Meinung nicht giftig, sondern vollkommen ungefährlich.

GEFLÄMMTE PAPRIKA MIT CEVICHE

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

4 extrafrische Wolfsbarschfilets (Sushi-Qualität), Salz,
4 ½ Limetten, 30 g Pinienkerne,
4 kleine rote Spitzpaprika,
1 Stange Staudensellerie,
1 rote Chilischote, 6 Stiele Fenchelgrün,
1 Knoblauchzehe, 1 El körniger Senf,
2 El fruchtiges Olivenöl,
Saft von ½ Bio-Orange,
¼ Bund Koriander,
200 g Pastrami (in Scheiben),
1 – 2 El mit Zitrone aromatisiertes Öl
Schale von ½ Bio-Orange

1 Fischfilets von der Haut schneiden, Filets kalt abwaschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Filets in feine Würfel schneiden, in eine flache Schale legen und mit etwas Salz bestreuen. 4 Limetten auspressen. Saft über das Filet träufeln. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Minuten ziehen lassen.

2 Währenddessen Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten, auf einem Teller abkühlen lassen. Spitzpaprika waschen, längs halbieren, entkernen und auf einem heißen Grill oder in einer Grillpfanne bei hoher Temperatur von beiden Seiten kurz anbraten.

3 Für die Vinaigrette Sellerie waschen, in sehr feine Würfel schneiden. Chili waschen. 4 Stiele Fenchelgrün, Chili und Knoblauch fein hacken. Mit Sellerie in einer kleinen Schüssel vermischen. Senf, Olivenöl, Orangen- und restlichen Limettensaft (von ½ Limette) unterquirlen. Mit Salz abschmecken. Koriander fein hacken und mit den Pinienkernen unter die Vinaigrette mischen.

4 Fischwürfel abtropfen lassen. Pastrami fein schneiden. Mit Fischwürfeln und der Vinaigrette mischen, in die Paprikahälften füllen. Rest Fenchelgrün (2 Stiele) grob hacken, auf Tellern anrichten, mit Zitronenöl beträufeln. Paprika mit Orangenschale bestreuen und darauf anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 40 MINUTEN

FOTOS: KLAUS ARRAS; REZEPTE & FOODSTYLING: KATJA BRIOL; PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL/ALLE FÜR BEEF!

Tomatenpaprika sind dick-fleischige Früchte mit einem feinen süßlich-pikanten Geschmack. Sie stammen aus Ungarn, einer Hochburg des Paprikaanbaus. Aus dem Ungarischen kommt auch das Wort „Paprika“, eine Ableitung des serbokroatischen Ausdrucks „Pàpar“ für „Pfeffer“.

GEFÜLLTE TOMATENPAPRIKA MIT ZWIEBEL-CONFIT

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

8 Tomatenpaprika (oder klassische Gemüsepaprika, z. B. rot), 2 Möhren, 300 g Knollensellerie, 2 Tl Butter, 50 g Lardo (italienischer fetter Rückenspeck), 1 Tl Koriandersamen, 1 Knoblauchzehe, 600 g Kalbfleisch (aus dem Rücken), 50 ml Marsala, 100 g Maronen (Esskastanien, gegart; z. B. aus dem Vaku-Pack), 1 Eiweiß, 4 Stiele Fenchelgrün (oder Dill; ggf. mit Blüten), Salz, Pfeffer, 400 g rote Zwiebeln, 4 El Olivenöl, 80 g brauner Zucker, 1 rote Peperoni, 120 ml Rotwein, 1 El Weißweinessig, 3 Gewürznelken

1 Paprika waschen, das obere Drittel als Deckel waagerecht abschneiden. Kerne und Trennhäute entfernen. Für die Füllung Möhren und Sellerie putzen und sehr fein würfeln. In einer Pfanne 1 Tl Butter zerlassen, Lardo fein schneiden und darin auslassen. Gemüsewürfel mit andünsten.

2 Koriandersamen im Mörser zermahlen. Knoblauch fein hacken. Beides unter das Gemüse mischen, kurz anbraten, beiseitestellen. Fleisch fein würfeln, in Rest Butter (1 Tl) kurz scharf anbraten. Mit Marsala ablöschen.

3 Maronen fein zerdrücken. Eiweiß steif schlagen. Maronen, Fleisch und Gemüsewürfel vermengen, Eischnee unterheben. Fenchelgrün fein hacken und ebenfalls unterheben. Füllung mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

4 Paprika mit dem Fleischmix füllen. In eine große Auflaufform setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Umluft ca. 15 Minuten garen. Währenddessen für das Confit Zwiebeln in Streifen schneiden. In einem kleinen Topf Olivenöl und Zucker erhitzen, bis der Zucker karamellisiert. Zwiebeln einrühren und glasig dünsten. Peperoni putzen, waschen und klein schneiden. Peperoni zu den Zwiebeln geben, kurz andünsten. Dann mit Wein und Essig ablöschen. Gewürznelken dazugeben. Flüssigkeit offen unter gelegentlichen Rühren einkochen, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Gewürznelken entfernen.

5 Den Backofengrill (mittlere Temperatur) zuschalten. Paprika weitere 5 – 8 Minuten rösten, bis sie goldbraun gebraten sind.

6 Paprika und Zwiebel-Confit auf Tellern anrichten, nach Belieben mit Fenchelblüten garnieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 40 MINUTEN

DER MIX MACHT'S

In diesem Sommer können wir endlich wieder unbeschwerte Zeit mit Freunden verbringen – und sie mit geschmackvollen Cocktails verwöhnen. Keine Sorge, so gelingen diese auch ohne Barkeeper-Skills

Eigentlich wollten wir doch schon immer mal den coolen Typen hinter der Bar spielen, es fehlt nur noch ein sommerliches Rezept mit geringem Aufwand? Also mal überlegen: Welcher Drink geht immer und schmeckt an heißen Tagen herrlich erfrischend? Antworten liefert X by Glenmorangie. Das ist nämlich der erste Single Malt Scotch Whisky überhaupt, der speziell zum Mixen entwickelt wurde – und zwar in Zusammenarbeit mit Top-Barkeepern. X by Glenmorangie verleiht mit seinem reichhaltigen, süßlichen Geschmack dem einfachsten Drink ein außergewöhnliches Upgrade. Dafür braucht es nicht mal eine Profi-Ausrüstung, sondern nur ein paar Limonaden, etwas Eis und einen Löffel. Einfach mit zwei bis vier Zutaten experimentieren und los geht's mit dem Genuss. Wie wäre es zum Beispiel mit einem fruchtigen Cocktail mit Johannisbeere? Klingt gut? Das Rezept verraten wir weiter rechts. Wer neben unseren vorgestellten Zubereitungsideen nach noch mehr Inspiration sucht, findet diese übrigens direkt auf der Flasche. Wir sagen es ja: Einfacher kann sommerlicher Genuss nicht werden.
Eher ein Verfechter des puren Geschmacks? X by Glenmorangie funktioniert natürlich auch solo hervorragend. Cheers!

GLENMORANGIE X BLACKCURRANT

Zutaten:
50 ml X by Glenmorangie
25 ml Zitronensaft
12,5 ml Schwarzer Johannisbeersirup
10 ml Agavendicksaft
Zitronenscheibe & Brombeere

Zubereitung:
Highball-Glas mit Crushed Ice füllen. X by Glenmorangie, Zitronensaft und Agavendicksaft hinzufügen. Umrühren, dann mit schwarzem Johannisbeersirup auffüllen. Mit einer Zitronenscheibe und einer Brombeere garnieren.

MADE FOR MIXING

Der allererste Single Malt speziell für Cocktails und Longdrinks hat es in sich! Hier treffen Aromen von Birne und Vanille auf Schokolade und Orangen-Sorbet.

Gemixt mit Limonaden gelingen im Handumdrehen köstliche Drinks z. B. im Swizzle-Stil wie Glenmorangie X Brunch. Richtig gelesen: X by Glenmorangie eignet sich mit Orangen- und Grapefruitsaft perfekt für das nächste Daydrinking-Event.

GLENMORANGIE X BRUNCH

Zutaten:
50 ml X by Glenmorangie
25 ml 100 % Grapefruitsaft
25 ml 100 % Orangensaft
10ml Agavendicksaft
Grapefruitscheibe

Zubereitung:
Highball-Glas mit Crushed Ice füllen. X by Glenmorangie, Grapefruitsaft, Orangensaft und Agavendicksaft hinzufügen. Umrühren und mit einer halben Grapefruitscheibe garnieren.

DA KOMMT ER HER

Der Glenmorangie Single Malt Whisky ist ein echter Schotte. Schließlich stammt er aus den Highlands und wird in den höchsten Brennblasen Schottlands destilliert, um ein elegantes, florales Destillat zu erzeugen.
X by Glenmorangie ist eine Komposition: Ein Teil des Whiskys reifte in ehemaligen Bourbon-Fässern, ein Teil wurde in neuen, getoasteten Eichenfässern veredelt. Wow!

Weitere Rezepte und Infos auch hier: Glenmorangie.com

GLENMORANGIE
SINGLE MALT SCOTCH WHISKY

Glenmorangie empfiehlt massvoll-geniessen.de

FOTO **FLORIAN BONANNI** FOOD **JENS HILDEBRANDT**

BEIN MUSS

DIE BEEF!-REKORD-KEULE: 35 KILO RIND

WAS GRÖSSERES HATTEN WIR NOCH NIE AUF DEM GRILL!

EINE RIESENBEINEREI: PULLED BEEF XXL VON DER GIGANTISCHEN RINDERKEULE
Das gute Stück grillt 24 Stunden im Smoker —— Seite 80

MAN HABEN

Und manchmal muss man auch das Maul ganz weit aufreißen – besonders, wenn es Monsterkeulen vom Rind, Schwein, Truthahn, Lamm, Hasen und Wildschwein gibt. Aber keine Angst! Bei allem Größenwahn grillen, smoken und braten wir sie mit viel Liebe. Denn: Bein ist unser ganzes Herz!

SCHWEINEKEULE
MIT INGWER-PICKLES UND SENFCREME

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

KEULE

50 g Knoblauch, 80 ml Öl (z. B. Rapsöl), 1 El Kümmel, 2 El Meersalzflocken (z. B. von Maldon), 1,7 kg Schweinekeule, Pfeffer (frisch gemahlen), 2 – 4 l Frittieröl

SENFCREME

100 ml Reisessig, 200 ml Lemon Squash (Limettensirup), 8 g Agar-Agar (pflanzliches Bindemittel), 100 g scharfer Senf

INGWER-PICKLES

500 g frischer Ingwer, 2 El Salz, 6 El Reisessig

AUSSERDEM

extrabreiter Sous-vide-Garbeutelschlauch (mind. 28 cm), Vakuumierer, Sous-vide-Garer, Küchenthermometer

1 Knoblauch und Öl pürieren. Kümmel und Salz im Mörser fein zerstoßen. Schweinekeule trocken tupfen, mit Knoblauchöl, der Würzmischung und Pfeffer einreiben. In einen Sous-vide-Beutel einlegen und vakuumieren. Sous-vide-Garer auf 80 Grad temperieren. Die Keule darin 12 Stunden garen.

2 Für die Senfcreme Reisessig, Sirup und Agar-Agar in einem Topf verrühren und unter Rühren aufkochen. 3 Minuten köcheln, dann in eine Schüssel umfüllen und auskühlen lassen.

3 Das Limettengelee in einem Mixer fein pürieren, durch ein Sieb streichen. Limettencreme und Senf verrühren.

4 Für die Pickles Ingwer waschen und trocken tupfen. Die Knollen vorsichtig längs mit dem Gemüsehobel in 2 – 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben auf einem Blech ausbreiten, mit Salz bestreuen und mit Reisessig beträufeln. Das Blech mit Frischhaltefolie verschließen und den Ingwer 1 Stunde gekühlt marinieren.

5 Die Keule aus dem Beutel nehmen, kurz unter fließendem Wasser abspülen und vorsichtig sehr gründlich trocken tupfen. 4 l Frittieröl in einem sehr großen Topf auf 170 Grad erhitzen. Die Keule einlegen und ca. 15 Minuten kross frittieren. Alternativ Keule auf ein Backofengitter setzen, die Fettpfanne des Backofens darunterschieben. Grillfunktion des Backofens auf mittlere Temperatur vorheizen. 2 l Frittieröl erhitzen. Keule vorsichtig mit etwa 1 Suppenkelle heißem Öl übergießen. Unter den heißen Grill schieben und 3 – 4 Minuten rösten. Keule so unter mehrmaligem Wenden und jeweils mit Öl übergossen rundum insgesamt etwa 15 Minuten kross rösten.

6 Marinierte Ingwerscheiben abgießen, mit kaltem Wasser kurz abspülen und abtropfen lassen. Die knusprige Keule in Portionsstücke teilen, mit Salz und Pfeffer würzen. Senfcreme und Ingwer-Pickles dazu reichen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE
PLUS GAR- UND AUSKÜHLZEIT CA. 12 STUNDEN

LEG DICH GEHAXT, DU SAU!

DIE GERÖSTETE SCHWEINEKEULE kommt mit scharfen Begleitern: Ingwer-Pickles und limettenfrischer Senfcreme. Wie aus dem Beinkostladen!

SCHÖNE BEINARBEIT, TRUTHAHN!

DIE KNUSPRIGE TRUTHAHNKEULE wird mit einem grünen Power-Paket aus gegrilltem Eisbergsalat serviert. BEEF! verleiht Geflügel!

TRUTHAHNKEULE
MIT GEGRILLTEM EISBERGSALAT

ZUTATEN FÜR CA. 6 PORTIONEN

KEULE

10 Zweige Rosmarin, 2 Zwiebeln, 1 Bio-Zitrone, 10 Knoblauchzehen, 2 El Pimentón de la Vera (nach Geschmack dulce oder picante), 2 Tl Kümmel, 4 El Zucker, Salz, 6 El Olivenöl, 2 Truthahnkeulen (à ca. 1,5 kg), Pfeffer

SALAT

2 Köpfe Eisbergsalat, 1 Bio-Zitrone, 2 El Zucker, 2 Tl Salz, etwas Öl für den Grillrost

AUSSERDEM

Vakuumbeutel (ca. 20 x 35 cm), Vakuumierer

1 Großen Grill zum indirekten Garen vorbereiten und auf 160 Grad vorheizen. Rosmarinnadeln von den Zweigen abzupfen. Zwiebeln in feine Würfel schneiden. Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben. Zitrone halbieren, den Saft auspressen. Knoblauch fein hacken.

2 Paprikapulver, Kümmel, Zucker und 1½ El Salz in einem Mörser fein zerkleinern. Dann Zwiebelwürfel, Zitronenschale und etwas -saft, Knoblauch, Rosmarin und Öl zugeben und alles zu einem feinen Würzöl mörsern.

3 Truthahnkeulen, je nach Größe des Grills, eventuell in Ober- und Unterkeulen zerlegen. Fleisch abspülen und gründlich trocken tupfen. Rundum mit dem Öl einreiben. Keulen in eine flache Grillschale legen. Indirekt geschlossen etwa 1:45 – 2 Stunden bis zu einer Kerntemperatur von mindestens 80 Grad garen. Währenddessen die Keulen öfter mit dem austretenden Fett beträufeln.

4 Salat putzen, halbieren und in den Vakuumbeutel einlegen. Zitrone heiß waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Zitronenschale, -saft, Zucker und Salz vermischen und gleichmäßig über den Salat träufeln. Den Salat vakuumieren und 10 Minuten marinieren.

5 Keulen zugedeckt warm halten. Die Grilltemperatur auf 180 – 200 Grad erhöhen.

6 Salat aus der Marinade nehmen und leicht ausdrücken. Grillrost mit Öl bepinseln. Salat auf dem Grill je Seite ca. 5 Minuten grillen. Keulen zum Servieren nochmals direkt rundum knusprig grillen. Fleisch vom Knochen lösen, mit Pfeffer würzen. Fleisch und gegrillten Salat anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 35 MINUTEN
PLUS GRILLZEIT CA. 1:45 STUNDEN

FRUST ODER KEULE, LAMM?

ZUR GEGRILLTEN LAMMKEULE gehören 15 Koblauchzehen zum Spicken und eine würzige Salsa aus grünen Tomaten und Jalapeños. Bein, aber fein!

LAMMKEULE
GEGRILLT UND GESPICKT

ZUTATEN FÜR 4 – 5 PORTIONEN

KEULE

2 El Fenchelsaat, 2 El schwarze Pfefferkörner, 2 El Koriandersaat, 1 El Pinienkerne, 3,8 kg Keule vom Milchlamm (ggf. beim Metzger vorbestellen), 15 Knoblauchzehen, 2 Zwiebeln, 2 El brauner Zucker, Salz, 5 El Öl, 6 Zweige Rosmarin, 10 Stiele Thymian, Pfeffer

SALSA

800 g grüne Tomaten (z. B. Green-Tiger-Tomaten), 1 Bio-Limette, ½ Bund Lauchzwiebeln, 3 Jalapeños, 10 eingelegte Anchovis, Salz, Pfeffer (frisch gemahlen), 1 El Ahornsirup

1 Grill für indirektes Grillen vorbereiten und auf ca. 170 Grad vorheizen. Fenchelsaat, Pfeffer, Koriandersaat und Pinienkerne in einer Pfanne rösten. Abkühlen lassen und im Mörser zerstoßen.

2 Lammkeule waschen und trocken tupfen. Mit einem spitzen Küchenmesser gleichmäßig kleine Schnitte in die Keule setzen. Knoblauchzehen längs halbieren und in die Einschnitte stecken.

3 Zwiebeln grob würfeln und mit einem Stabmixer fein pürieren. Gewürze, Zwiebelpüree, Zucker, 2 El Salz und Öl mischen. Rosmarinnadeln und Thymianblätter abzupfen, fein hacken und untermischen. Die Keule mit der Würzpaste rundum einreiben.

4 Keule mittig auf den Grillrost setzen. Indirekt geschlossen etwa 3:30 Stunden bis zur Kerntemperatur von 75 Grad garen. Währenddessen die Keule gelegentlich wenden.

5 Inzwischen für die Salsa Tomaten waschen, trocken reiben, putzen und in Würfel schneiden. Limette heiß waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Lauchzwiebeln und Jalapeños putzen, waschen und in Ringe schneiden. Anchovis abtropfen lassen, grob hacken und mit Tomaten, Limettenschale und -saft sowie Lauchzwiebeln und Jalapeños vermengen. Die Salsa mit Salz, Pfeffer und Ahornsirup abschmecken.

6 Die fertig gegarte Keule vom Grill nehmen und vor dem Aufschneiden zugedeckt an einem warmen Ort ca. 10 Minuten ruhen lassen. Zum Servieren Fleisch vom Knochen lösen, portionieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die würzige Salsa dazu reichen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 40 MINUTEN
PLUS GRILLZEIT CA. 3:30 STUNDEN

WILDSCHWEIN-KEULE
IN WACHOLDER MIT RAHMKRAUT

ZUTATEN FÜR 6 – 7 PORTIONEN

KEULE

ca. 4,3 kg Wildschweinkeule (ggf. beim Metzger oder Wildhändler vorbestellen), 2 El Wacholderbeeren, Salz, 5 El Pflanzenöl, 200 g Pastinaken, 200 g Möhren, 5 Knoblauchzehen, 200 g gegarte, geschälte Maronen (Esskastanien; z. B. aus dem Vaku-Pack), 200 g soft getrocknete Pflaumen, 100 g Walnusskerne, 1 Bund Thymian, 1 Bund Rosmarin, Pfeffer (frisch gemahlen), 750 ml trockener Rotwein

LACK

4 Zweige Rosmarin, 200 g Preiselbeeren (aus dem Glas), 330 ml Schwarzbier, 100 ml Sojasauce, 1 Tl Kümmel, 1 Tl Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)

RAHMKRAUT

ca. 1,5 kg Weißkohl, 2 Zwiebeln, 4 El Öl, 1 El Zucker, Salz, Pfeffer (frisch gemahlen), ca. 9 El Aceto balsamico bianco, 3 El Ahornsirup, 1 Lorbeerblatt, 400 g Schlagsahne, 2 El Schweineschmalz, 2 Tl Kümmel

1 Keule kalt waschen und gründlich trocken tupfen. Wacholderbeeren und ca. 1 ½ El Salz mörsern. Fleisch mit dem Wacholdersalz und 2 El Öl einreiben und auf die Fettpfanne des Backofens setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft weniger geeignet) etwa 4:15 Stunden bis zu einer Kerntemperatur von mindestens 75 Grad rösten. Währenddessen die Keule gelegentlich wenden.

2 Für den Lack Rosmarin mit Preiselbeeren, Bier, Sojasauce, Kümmel, Salz und Pfeffer in einen Topf geben. Offen bei mittlerer Hitze zu einem dicklichen Sirup einkochen.

3 Für den Schmorfond Pastinaken und Möhren putzen, schälen, längs halbieren und mit übrigem Öl (3 El) mischen. Gemüse, Knoblauch, Maronen, Pflaumen, Walnüsse, Thymian und Rosmarin nach etwa 2:30 Stunden Garzeit um die Keule auf dem Blech verteilen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Rotwein angießen und alles fertig garen.

4 Für das Rahmkraut den Weißkohl putzen und grob schneiden. Zwiebeln grob würfeln. Öl in einem großen Schmortopf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Den Kohl zugeben und mit andünsten. Zucker, etwas Salz, Pfeffer, 4 El Essig, etwa 250 ml Wasser, Ahornsirup und Lorbeer unter den Kohl mischen. Zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze ca. 30 Minuten schmoren.

5 Dann die entstandene Dünstflüssigkeit vom Kohl offen einkochen. Sahne zugießen. Schmalz und übrigen Essig (5 El) einrühren. Abschmecken und mit Kümmel würzen. Kraut unter gelegentlichem Rühren weitere ca. 20 Minuten sacht sämig einköcheln lassen.

6 Die Grillfunktion des Backofens auf mittlere Stufe aufheizen. Wildschweinkeule aus dem Ofen nehmen, rundum dünn mit dem Würzlack bestreichen und unter dem heißen Grill unter Wenden ca. 15 Minuten karamellisieren. Währenddessen öfter mit übrigem Lack bestreichen.

7 Keule vor dem Anschneiden etwa 10 Minuten zugedeckt ruhen lassen. Röstgemüse und Schmorfond vom Blech nach Belieben durch ein feines Sieb passieren, einkochen und abschmecken. Rahmkraut nochmals abschmecken. Keule portionieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Schmorfond und Rahmkraut dazu reichen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE
PLUS GARZEIT CA. 4:15 STUNDEN

BEIN HERAUSGEPUTZT, WILDSCHWEIN!

WILDSCHWEINKEULE IN WACHOLDER – fast so, als könne man Gin essen. Dazu gibt's sahniges Rahmkraut

PULLED BEEF XXL
VON DER RINDERKEULE

ZUTATEN FÜR 35 – 40 PORTIONEN

35 kg grillfertig vorbereitete Rinderkeule (mit Knochen; beim Metzger rechtzeitig vorbestellen), 400 g Rohrzucker, 400 g Meersalzflocken, 2 Knoblauchknollen, 6 Zweige Rosmarin

AUSSERDEM **Räucherholzchips, reichlich Backpapier/Butcher Paper, extrastarke Alufolie**

1 Räucherholzchips in kaltem Wasser einweichen. XXL-Smoker auf 120 Grad vorheizen. Den Einsatz mit etwa 5 l Wasser befüllen.

2 Zucker und Salz vermischen. Keule üppig mit der Mischung rundum einreiben, dann auf den Rost über den Einsatz mit Wasser setzen. Das Fleisch etwa 8 Stunden geschlossen bei gleichmäßiger Temperatur im Smoker garen. Während der Garzeit nach und nach die Räucherchips jeweils in kleinen Mengen in die Glut geben. Wasser im Einsatz des Smokers bei Bedarf auffüllen.

3 Nach 8 Stunden die Keule aus dem Smoker nehmen, nochmals leicht würzen. Knoblauch waagerecht halbieren. Knoblauch und Rosmarin auf dem Fleisch verteilen. Keule zunächst mit einer Lage Backpapier, dann mit Alufolie vollständig umwickeln. Wieder in den Smoker setzen, bei gleichbleibender Temperatur bis zu einer Kerntemperatur von 91 Grad sehr weich garen.

4 Fertig gegarte Keule aus dem Smoker nehmen, kurz ruhen lassen. Fleisch in Portionen vom Stück zupfen und z. B. mit Krautsalat üppig belegt in Burger-Buns servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 30 MINUTEN
PLUS GARZEIT 22 – 24 STUNDEN

FOTOS & STYLING: FLORIAN BONANNI; REZEPTE & FOODSTYLING: JENS HILDEBRANDT; PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL/ALLE BLUEBERRY FOOD STUDIOS FÜR BEEF!; GRILL: CHAR-BROIL PLATINUM 3400 S

BEIN ODER NICHTSEIN, RIND!

PULLED BEEF XXL VON DER 35-KILO-RINDERKEULE, die 24 Stunden im Smoker grillt: Mehr Beinfreiheit geht nicht!

ENTWEDER...

... SICH SELBST FREUEN

6x
SELBST LESEN
NUR 75,–€*

+

MESSER-SET
„NARA & OSAKA“

6 AUSGABEN BEEF! IM ABO SELBST LESEN + MESSER-SET „NARA & OSAKA“.
JETZT PORTOFREI BESTELLEN UNTER:

WWW.BEEF.DE/SELBSTLESEN

ODER TELEFONISCH UNTER 040/55 55 78 00, BESTELLNUMMER: 183 9180

*6 Ausgaben pro Jahr zzt. 75,– € zzgl. einmalig 1,– € Zuzahlung für die Prämie. Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht. Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Alle Preisangaben inkl. MwSt. und Versand. Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr Deutschland GmbH. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

ODER...

... JEMANDEM MIT DEM BEEF!-GESCHENKABO EINE FREUDE MACHEN.

DIE LEGENDÄRE BEEF!-ERSTAUSGABE

GUT VERPACKT

IM GESCHIRRHANDTUCH ZUM ÜBERREICHEN

+ GESCHENK-KARTE ZUM DOWNLOAD!

6 AUSGABEN BEEF! IM ABO + BEEF!-ERSTAUSGABE VERSCHENKEN.
JETZT PORTOFREI BESTELLEN UNTER:

WWW.BEEF.DE/VERSCHENKEN

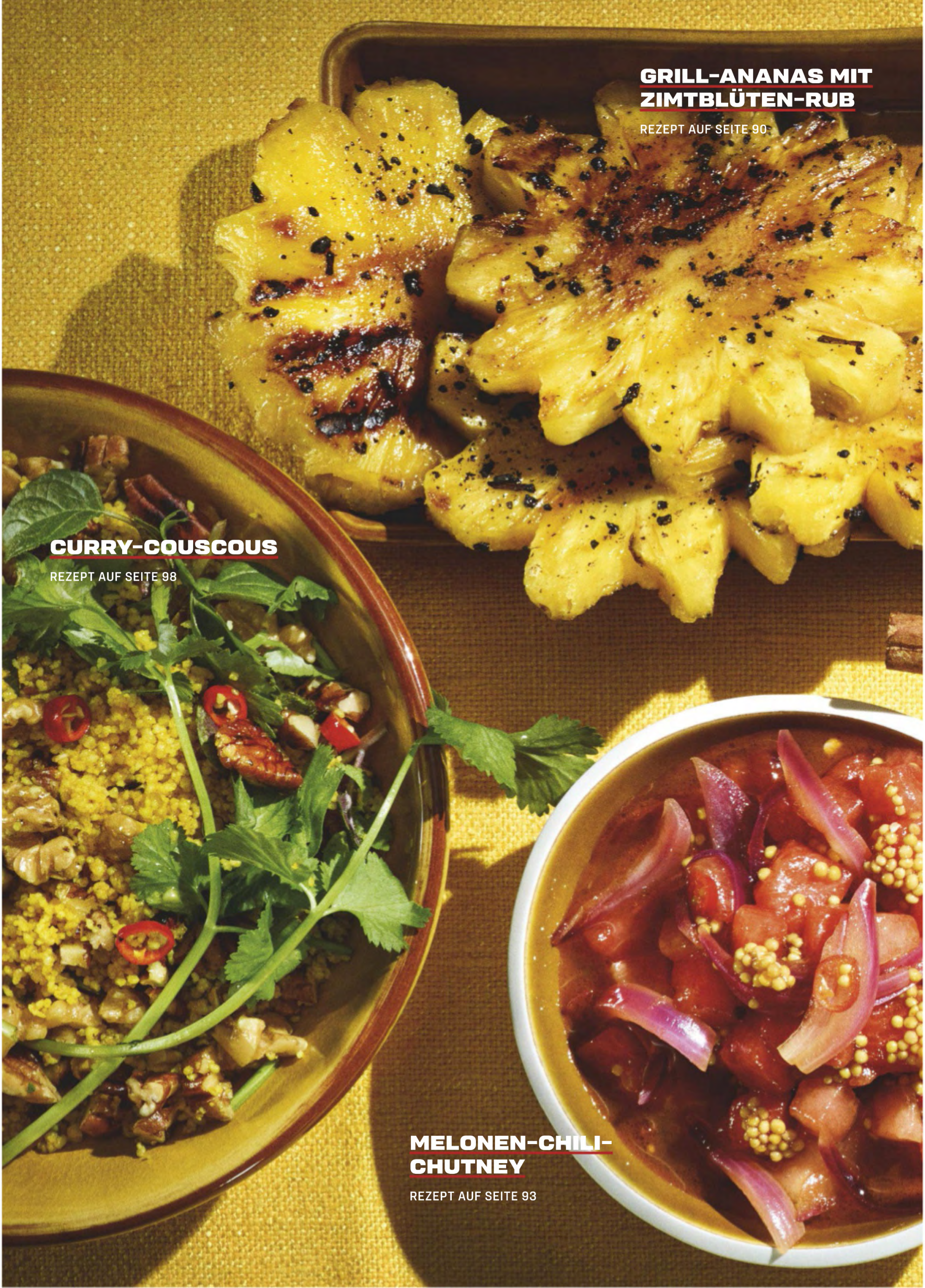
ODER TELEFONISCH UNTER 040/55 55 78 00, BESTELLNUMMER: 183 9181

BÜFFEL VON DER STANGE

Nun aber mal Hack, Hack! Zu Büffel-Spießen tischen wir Peperoni und Ananas vom Grill, Curry-Couscous, Tahin-Creme und Melonen-Chili-Chutney auf! Hackquisit!

FOTOS **VOLKER WENZLAWSKI** FOOD **RAIK HOLST** STYLING **PINNY DANIEL**

Aufklappen und loslegen!



GRILL-ANANAS MIT ZIMTBLÜTEN-RUB

REZEPT AUF SEITE 90

CURRY-COUSCOUS

REZEPT AUF SEITE 98

MELONEN-CHILI-CHUTNEY

REZEPT AUF SEITE 93

➜ Bei diesem Menü trifft deftiges Büffelfleisch auf Süßes wie gegrillte Ananas mit Zimtblüten-Rub und Scharfes wie gegrillte Peperoni mit Tomaten-Salsa

ZIMT-SPIESSE MIT BÜFFELHACK

REZEPT AUF SEITE 95

➜ Das aromatische Hackfleisch des Wasserbüffels wird besonders saftig, wenn man fettreichere Cuts wie das Roastbeef mit Filet und Hüftstücken mixt. Beim Produzenten „Büffel Bill" achtet man zudem darauf, dass keine Sehnen in den Wolf kommen.

Prime-Rib-Hackfleisch, 500 g für 22,50 Euro, bueffelbill.com

PEPERONI VOM GRILL MIT TOMATEN-SALSA

REZEPT AUF SEITE 96

TAHIN-CREME MIT GERÖSTETEM SESAM

REZEPT AUF SEITE 92

➜ Sternstunde: Der Rub aus Zimtblüten, Zucker und Meersalz harmoniert mit den Röstaromen der gegrillten Ananas – Olivenöl und Essig runden alles pikant ab

GRILL-ANANAS MIT ZIMTBLÜTEN-RUB

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

1 reife Ananas
1 Tl Zimtblüten (getrocknet)
2 El brauner Zucker
1 Tl Meersalz
2 El Olivenöl
1 Tl Apfelessig

1 Den Grill auf mittlere Temperatur (ca. 180 Grad) vorheizen. Von der Ananas Blatt- und Stielansatz großzügig abschneiden. Anschließend Schale abschneiden. Noch verbliebene dunkle „Augen" ausschneiden.

2 Die Ananas in etwa 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und nach Belieben den mittleren harten Kern entfernen.

3 Zimtblüten in einem Mörser fein zerstoßen. Zucker und Meersalz zugeben und alles zu einem Rub vermengen.

4 Ananasscheiben von beiden Seiten mit dem Rub bestreuen. Sofort auf den heißen Grillrost legen und 4 – 6 Minuten unter gelegentlichem Wenden grillen.

5 Ananasscheiben auf einer Platte anrichten. Olivenöl und Essig verquirlen und überträufeln.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 20 MINUTEN

TAHIN-CREME MIT GERÖSTETEM SESAM

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

3 El Sesam
1 Bio-Limette
500 g Skyr (proteinreicher Frischkäse nach isländischer Art)
1 El flüssiger Honig
Salz
80 g Tahin (Sesammus; z. B. aus dem orientalischen Lebensmittelmarkt)
1 Tl geschrotete Chiliflocken

1 Sesam in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten. Auf einen Teller geben und auskühlen lassen. Limette heiß waschen und die Schale abreiben. Limette halbieren, den Saft auspressen. Skyr, Honig und Limettensaft verrühren, mit Salz abschmecken. In einer Schale anrichten.

2 Tahin glatt rühren, überträufeln und streifig einrühren. Sesam, Chiliflocken und Limettenschale überstreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 15 MINUTEN

MELONEN-CHILI-CHUTNEY

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

1 kleine Wassermelone (ca. 1 kg)
1 rote Zwiebel
2 El flüssiger Honig
1 El Rotweinessig
Salz
1 El Senfkörner
½ rote Chilischote
1 El Worcestershiresauce
2 – 3 El Olivenöl

1 Melonenfruchtfleisch auslösen, davon 600 g abwiegen und fein würfeln. Melonenstückchen in eine Schüssel geben. Zwiebel in sehr feine Spalten schneiden.

2 In einer kleinen Pfanne Honig und Essig unter Rühren erhitzen. Zwiebelspalten zugeben und einmal kräftig aufkochen. Mischung unter die Melonenstückchen mischen, mit etwas Salz abschmecken. Vor dem Servieren ca. 20 Minuten ziehen lassen.

3 Inzwischen Senfkörner, 100 ml Wasser und etwas Salz in einem kleinen Topf zugedeckt 2 – 3 Minuten köcheln. Senfkörner in ein Sieb gießen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Chili putzen und fein hacken.

4 Marinierte Melonenstückchen abtropfen lassen, Marinade auffangen. Marinade dann offen nahezu vollständig einkochen. Reduktion, Senfkörner und Chili unter die marinierten Melonenwürfel mischen. Mit Worcestershiresauce und Olivenöl aromatisieren und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 45 MINUTEN

DIE NEUE STICKMODE!

1 Nicht alltäglich, sondern orientalisch gewürzt: Geröstete Kaffeebohnen, Zitronenschale, Chili und getrocknete Früchte aromatisieren unser Hack. Durch die Zugabe von Ei und gründlich durchgeknetet bleibt das Hack beim Grillen schön locker, saftig und bindet gut.

2 Zum Formen zunächst eine passende Menge Hackmischung auf einer Hand rund vorformen, die Zimtstange mittig hineindrücken.

3 Hack dann kräftig anpressen und gleichmäßig etwa 1,5 cm dick um die Stange formen. Dabei die Naht sorgfältig schließen und glatt streichen.

ZIMT-SPIESSE MIT BÜFFELHACK

ZUTATEN FÜR 10 STÜCK

1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
3 Zweige Rosmarin
1 El geröstete Kaffeebohnen (etwa 15 Stück)
10 Wacholderbeeren
3 El Pflanzenöl
1 Tl Bio-Zitronenschale
1 Tl Chiliflocken
12 soft getrocknete Aprikosen
5 soft getrocknete Feigen
800 g Hackfleisch vom Büffel (etwa über bueffelbill.com)
1 Ei
Salz
Pfeffer (frisch gemahlen)

AUSSERDEM **10 lange Zimtstangen (à ca. 20 cm; z. B. aus dem Asia-Markt), 1 großes Bund Thymian zum Anrichten**

1 Zwiebel und Knoblauch in feine Würfel schneiden. Rosmarinnadeln abzupfen und grob hacken. Kaffeebohnen und Wacholder im Mörser grob zerstoßen. In einer Pfanne 2 El Öl erhitzen, Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin kurz anbraten. Zitronenschale, Wacholder, Kaffee, Chiliflocken und Rosmarin zugeben und kurz mitbraten. Abkühlen lassen.

2 Aprikosen und Feigen sehr fein würfeln. Mit der Würzmischung, Hackfleisch und Ei gründlich vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils etwa 80 g schwere Portionen der Hackmasse länglich um je eine Zimtstange formen und andrücken.

3 Den Grill auf mittlere Temperatur (ca. 180 Grad) vorheizen. Grillrost mit restlichem Öl (1 El) einpinseln. Spieße unter Wenden 5 – 6 Minuten grillen. Thymian auf einer Platte verteilen, die Spieße darauf anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 40 MINUTEN

PEPERONI VOM GRILL MIT TOMATEN-SALSA

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

600 g türkische Peperoni (grüne, milde Sorte)
3 Tomaten
3 El Olivenöl
Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)
3 Knoblauchzehen
6 Pimentkörner
Schale und Saft von ½ Bio-Zitrone
1 El flüssiger Honig

1 Den Grill auf mittlere Temperatur (ca. 180 Grad) vorheizen. Peperoni waschen und trocken tupfen. Tomaten waschen, putzen und halbieren. Tomaten, 1 El Olivenöl, Salz und etwas Pfeffer vermengen. Peperoni und Tomaten auf dem heißen Grill unter gelegentlichem Wenden 5 – 8 Minuten rösten.

2 Inzwischen Knoblauch fein hacken. Piment im Mörser grob zerstoßen. Geröstete Tomaten grob hacken und in eine Schüssel geben. Knoblauch, Zitronenschale und -saft, Piment, Honig und das restliche Olivenöl (2 El) gut untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gegrillte Peperoni und Tomaten-Salsa zu den Spießen anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 30 MINUTEN

FÜR DIE WIRTSCHAFT VON MORGEN

Business Punk –
das Magazin über alles, was in Wirtschaft und Lifestyle wichtig ist und wird. Für alle, die heute schon die Welt von morgen begreifen wollen.

ALLE 2 MONATE NEU!

NOCH MEHR **INSPIRATION** GIBT ES IN UNSEREM **PODCAST:** HOW to HACK

CURRY-COUSCOUS

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

200 ml Gemüsebrühe oder -fond (selbst gekocht oder aus dem Glas)
200 g Couscous (vorgegarte Weizengrütze)
1 El Madras-Currypulver
50 g Walnusskernhälften
50 g Pekannusshälften
½ Bund Koriander
4 – 6 Stiele frische Minze
1 rote Chilischote
3 El Olivenöl
Salz

1 Die Brühe aufkochen. Couscous und Curry in einer Schüssel vermischen. Heiße Brühe übergießen und alles gründlich verrühren. Zugedeckt ca. 15 Minuten quellen lassen.

2 In der Zwischenzeit Nüsse in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten, bis sie zu duften beginnen. Auf einen Teller geben, abkühlen lassen. Nüsse dann grob hacken. Kräuter grob hacken oder zerzupfen. Chili putzen, in feine Ringe schneiden.

3 Couscous mit einer Gabel vorsichtig auflockern. Nüsse, Chili und Kräuter zugeben. Olivenöl überträufeln, alles vorsichtig unterheben und mit Salz abschmecken.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 30 MINUTEN

FOTOS: VOLKER WENZLAWSKI/SOLARUNDFOTOGRAFEN.COM; REZEPTE & FOODSTYLING: RAIK HOLST; STYLING: PINNY DANIEL; POSTPRODUKTION: TELSE FAUST; PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL/ALLE FÜR BEEF!
FLEISCH: BÜFFEL BILL/BUEFFELBILL.COM, TISCHTUCH: PRIVAT, TELLER & SCHÜSSELN: ROSENTHAL JUNTO/ROSENTHAL.DE, HOLZBRETT WALNUSS: KAI EUROPE/KAI-EUROPE.COM

IMPRESSUM/FACHHÄNDLER

BEEF! REDAKTION

POSTANSCHRIFT Redaktion BEEF!, Brieffach 23, 20444 Hamburg, Tel. 040-37 03 75 23, Fax 040-37 03 56 86, E-Mail BEEF@guj.de, Internet beef.de
SITZ DER REDAKTION Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
CHEFREDAKTEUR UND PUBLISHER Jan Spielhagen
REDAKTIONSLEITUNG, PHOTO DIRECTOR Monique Dressel
CREATIVE DIRECTOR Elisabeth Herzel
ARTDIREKTION Katharina Mechow
GRAFIK Almut Jehn
TEXTCHEF Oliver vom Hofe
REDAKTION Daniel Ramm
FOTOREDAKTION Andrea Meinköhn (Assistenz BEEF! International)
SCHLUSSREDAKTION Andreas Sylla
REDAKTIONSASSISTENZ Laura Huwyler
SOCIAL MEDIA Max Krems
MITARBEITER DIESER AUSGABE Margherita Bettoni, Sebastian Bordthäuser, Ferdinand Dyck, Ludwig Maurer, Adrian Pickshaus, Susanne Raht
BLUEBERRY FOOD STUDIOS Foto: Florian Bonanni, Tobias Pankrath, Thorsten Südfels; Food: Jens Hildebrandt, Jan Schümann
GRUNER + JAHR DEUTSCHLAND GMBH, Sitz: Hamburg, Amtsgericht Hamburg HRB 145255, Geschäftsführung: Stephan Schäfer (Vorsitzender), Oliver Radtke
STELLVERTRETENDE PUBLISHERIN Sina Hilker
SALES DIRECTOR Astrid Schülke
HEAD OF BRAND PRINT + DIRECT SALES Arne Zimmer
MARKETING MANAGER Renate Zastrow
KOMMUNIKATION/PR Sabine Grüngreiff
HERSTELLUNG Heiko Belitz (Ltg.), Inga Schiller-Sugarman
VERANTWORTLICH FÜR BEEF.DE
G+J Medien GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
LITHO Peter Becker GmbH Medienproduktionen, Bürgerbräu | Haus 09, Frankfurter Straße 87, 97082 Würzburg
DRUCK NEEF + STUMME GmbH, Schillerstr. 2, 29378 Wittingen
Verantwortlich im Sinne des Presserechts (V.i.S.d.P.) für den redaktionellen Inhalt: Jan Spielhagen, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg; für den Anzeigenteil: Arne Zimmer, Ad Alliance GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
Es gilt die gültige Preisliste. Infos hierzu unter ad-alliance.de
Beef! ISSN 1869-0467
eat-the-world ist ein Unternehmen von Gruner + Jahr Deutschland

Copyright (c) 2022 für alle Beiträge, soweit nicht anders angegeben, bei G+J Deutschland GmbH. Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet, Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM, DVD-ROM etc. nur nach vorheriger schriftlicher Einwilligung des Verlages. BEEF! darf nur mit vorheriger Einwilligung des Verlages in Lesezirkeln geführt und exportiert werden. Für unverlangt eingesandte Bilder, Manuskripte, Waren keine Haftung.

Gruner + Jahr Deutschland GmbH, Druck- und Verlagshaus Hamburg

BEEF! ANZEIGEN

Informationen zu Anzeigenschaltungen unter **ad-alliance.de/beef**

BEEF! ABONNEMENT

ABONNEMENT DEUTSCHLAND BEEF! Abo-Service, 20080 Hamburg, Jahrespreis 75 € inkl. MwSt. u. frei Haus
ABO-KUNDENSERVICE Tel. 040-55 55 78 09
PERSÖNLICH ERREICHBAR Mo.–Fr. von 7:30–20 Uhr, Sa. von 9–14 Uhr, E-Mail abo-service@guj.de, Internet beef.de
ABONNEMENT AUSLAND Leserservice BEEF!, 20080 Hamburg, Deutschland, Tel. +49/40-55 55 78 00, Fax +49/1805-861 80 02, abo-service@dpv.de
JAHRESPREIS ÖSTERREICH 84 € inkl. MwSt. u. frei Haus
JAHRESPREIS SCHWEIZ 123 SFR inkl. MwSt. u. frei Haus
Preise im Ausland auf Anfrage

BEEF! EINZELHEFTBESTELLUNG

Bis auf Heft eins (1/2009), drei (2/2010), sechs (2/2011) und 21 (3/2014) sind noch alle BEEF!-Ausgaben erhältlich! Einzelne Hefte können Sie nachbestellen unter beef.de, per E-Mail unter heft-service@guj.de oder auch telefonisch unter **+49/40-55 55 78 09** (Mo.–Fr. von 7:30–20 Uhr). Anschrift: BEEF!-Kundenservice, 20080 Hamburg

Fragen zu Ihrem Abo und Heftbestellungen unter Tel. +49/40-55 55 78 09

MÖCHTEN SIE BEEF! ODER UNSERE BEEF!-PRODUKTE VERKAUFEN?

Werden Sie BEEF!-Fachhändler, und bestellen Sie BEEF! – das Kochmagazin für Männer – bei uns. Verkaufen Sie es dann bei sich im Geschäft oder auf Ihrer Website. Als Fachhändler haben Sie ebenso die Möglichkeit, die BEEF!-Produkte zum Verkauf anzubieten. Alle unsere Fachhändler präsentieren wir im Heft auf der Fachhändlerseite mit Namen und Adresse. Außerdem erhalten Sie unsere exklusiven Produkte zu Sonderkonditionen – es lohnt sich also doppelt für Sie. Wenden Sie sich einfach per E-Mail an: **fachhaendler@beef.de**

BUY BEEF! MÄNNER KOCHEN ANDERS

DEUTSCHLAND

Fleischerei & Partyservice Danilo Dubau GmbH
Senftenberger Straße 21
02977 Hoyerswerda

Café Maître GmbH
Karl-Liebknecht-Straße 62
04275 Leipzig

Delikatessen Discounter/ nah und gut
Güntzelstraße 40
10717 Berlin
essenwieimrestaurant.de

Horst Bahlmann GmbH Fleischgroßhandel
Brunsbütteler Damm 68/70
13581 Berlin

Beisser GmbH & Co. KG
Eppendorfer Baum 4
20249 Hamburg
beisser-hamburg.de

Ulrich Stapff Geflügelhandels-GmbH
Rondeel 4
22926 Ahrensburg
stapff-feinkost.de

Koch Laden
Bahnhofstraße 25/Elsedamm 2
32257 Bünde

Kleinemas Fleischwaren
Industriestraße 35
33415 Verl

Fleischwaren Blumberg GmbH
Stahlschmidtsbrücke 11
42499 Hückeswagen

Fleischerei Oesterwind
Aktienstraße 308
45473 Mülheim

Metzgerei Simon-Berns GmbH
Friedrich-Wilhelm-Platz 2
47051 Duisburg

Holz Roeren GmbH
Mevissenstraße 62
47803 Krefeld

Fleischerei Laschke
Bahnhofstraße 25
48619 Heek

Die Fleischboutique
Wichterichstraße 6 – 8
50937 Köln

Grillgoods
Buchholzstraße 105
51469 Bergisch Gladbach

Fleischerei Gerrards GmbH
Hartmannstraße 16
52602 Aachen

Grillforum Valentin
Rheinallee 187
55120 Mainz
grillforum-valentin.de

Feinkost Metzgerei Stephan GmbH
Rinderbachstraße 7
55218 Ingelheim

Landmetzgerei Dobroschke GmbH
Rheinhessenstraße 50
55411 Bingen

Niesmann Caravaning
Kehrstraße 51
56751 Polch

Metzgerei Hoos GmbH
Berger Straße 56
60316 Frankfurt

Claus Schomann & Bernd Nürnberger GbR
Am Kirscheck 28
63303 Dreieich

ruoff-küchen+wohnen
Hospitalstraße 9
65929 Frankfurt

Metzgerei Kübler GmbH & Co. KG
Zeppelinstraße 18
71332 Waiblingen

The Meat Club GmbH
Strümpfelbacher Straße 21
71384 Weinstadt

Feinkost-Metzgerei & Küche Truffner GmbH
Wilhelmstraße 80
72074 Tübingen
truffner.de

Der Holzapfel
Bahnhofstraße 1
72116 Mössingen

cooking concept
Lindenstraße 31 – 33
72764 Reutlingen

Metzgerei Weingärtner
Holzheimer Straße 10
73054 Eislingen/Fils

GrillGott GmbH
Seestraße 5 /1
74232 Abstatt
grillgott.com

Gartenwelt Bumb GmbH
Windeckstraße 8
76135 Karlsruhe

PROHOGA Ortenau GmbH & Co. KG
Gewerbestraße 11
77749 Hohberg

Prohoga GmbH & Co. KG
Salinenstraße 56
78054 Villingen-Schwenningen

Kaltenbach GmbH
Brandhof 12
79227 Schallstadt

FrischeParadies KG
Zenettistraße 10
80337 München

Target Plus
Muthmannstraße 1
80939 München

lebensart … alles Küche Marcus Fußstetter
Kirchhofplatz 9
83512 Wasserburg am Inn
fussstetterkueche.de

Walter Wiedemann Fleischereibedarfs GmbH & Co. KG
Proviantbachstraße 3
86153 Augsburg
wiedemann-augsburg.de

Metzgerei Peter Happacher
Gentnerstraße 79
86161 Augsburg
metzgerei-happacher.com

Metzgerei Settele GbR
Haferstraße 2
86179 Augsburg

Grill-Master-Chief
Wellenburg 10
86199 Augsburg/Wellenburg
grillmasterchief.de

Metzgerei Maischberger
Angerstraße 1
86807 Buchloe

Metzgerei Moser GmbH
Katharinenstraße 39
86899 Landsberg

Hofgut Ratzenberg
Sedanstraße 57
88161 Lindenberg im Allgäu

Kräuterhaus Wurzelsepp OHG
Hauptmarkt 1
90403 Nürnberg
wurzelsepp-nuernberg.de

Landgasthof Höfener Garten
Höfener Straße 184
90431 Nürnberg

Eventcatering & STOI
Schergengrub 3
94371 Rattenberg

Westernrestaurant LASSO
Arnstädter Straße 93
99310 Holzhausen
1a-lasso.de

ÖSTERREICH

Feinkost Fleischerei Stefan Auernig
Wiener Bundesstraße 16
A-5300 Hallwang

zumKochen
Theodor-Körner-Straße 37
A-8010 Graz

SCHWEIZ

The BEEF Steakhouse & Bar
Kramgasse 74
CH-3011 Bern

Hansruedi Meier Zentrum Metzg
Dohlenzelgstraße 3
CH-5210 Windisch

Köferli AG Fleisch und mehr
Hauptstraße 37
CH-5312 Döttingen
metzgereikoeferli.ch

scherrerscharf.ch
Marktgasse 36
CH-8180 Bülach

Hotz Fleisch Wurst Traiteur AG
Zürichstraße 8
CH-8610 Uster

Foto Sereinig
Dorfstraße 15
CH-8700 Küsnacht

Metzgerei Weber
Kantonstraße 102
CH-8863 Schübelbach

LIECHTENSTEIN

Ospelt Catering AG
Landstraße 15
FL-9494 Schaan

NAMIBIA

IPS Wimpex Namibia CC
29–31 Garten St
1000 Windhoek, Namibia

Wir grillen

drinnen!

Im Steakmaster, dem 700 Grad heißen Backofen von Teka, soll Fleisch kross und saftig werden wie vom Grill. Kann das wahr sein? Ein Selbstversuch

FOTOS THORSTEN SÜDFELS TEXT DANIEL RAMM OLIVER VOM HOFE

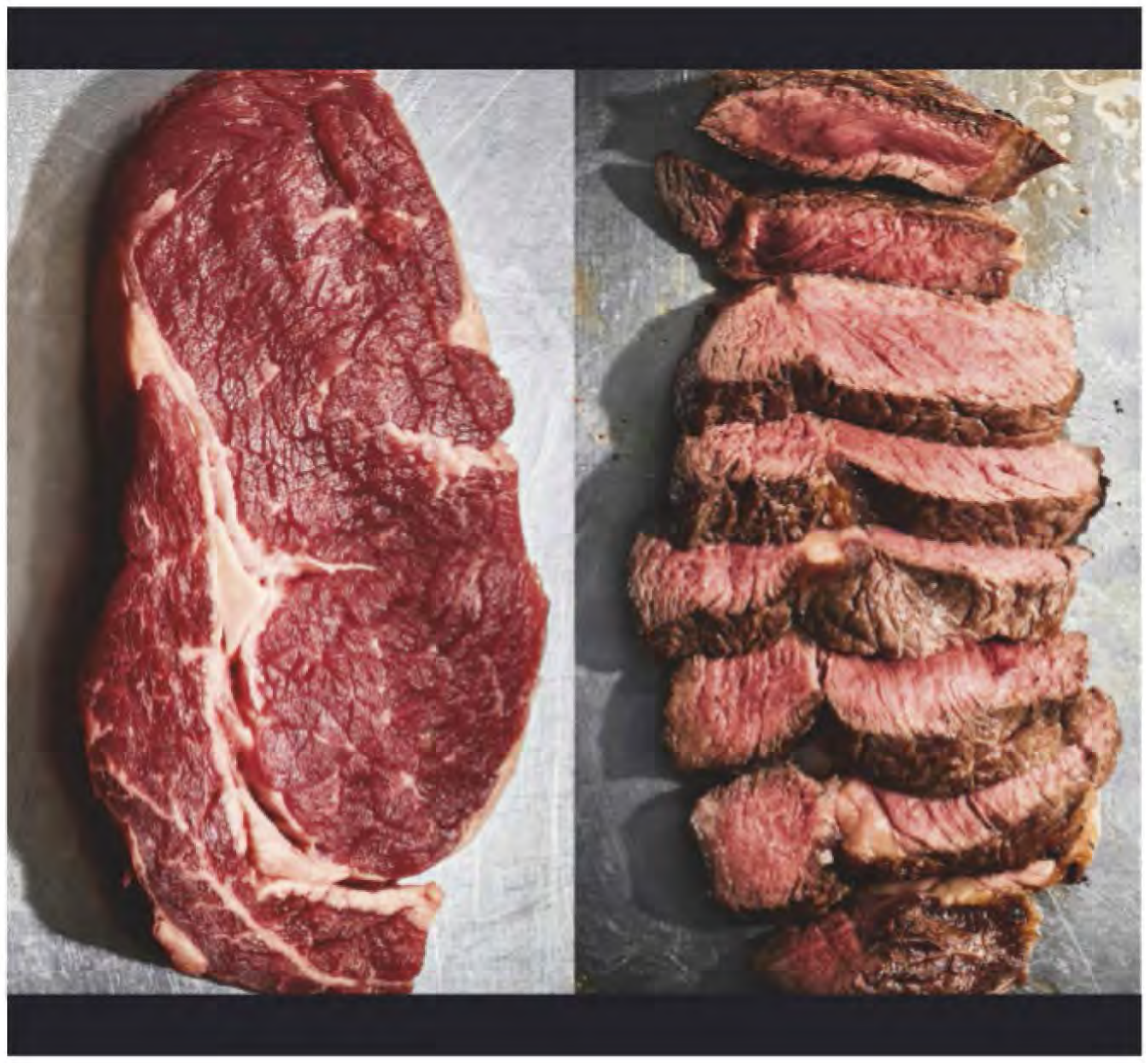
Persönlicher Kochassistent
Über das Farbdisplay mit Touch Control lassen sich 20 vorprogrammierte Rezepte aufrufen – von T-Bone bis Lachs

Gusseiserner Rost Er lässt sich wenden, der Fleischdicke entsprechend. Hier liegt er höher, hat also einen geringeren Abstand zur Oberhitze – für dünnere Steaks. Dicke Steaks? Einfach umdrehen!

Selbstreinigungssystem Pyrolyse, das Verbrennen von Rückständen und Resten bei hohen Temperaturen, macht die Reinigung ultraeinfach. Danach nur noch mit einem feuchten Tuch auswischen – aber vorher auskühlen lassen!

Fettpfanne Unten im Ofen fängt ein emaillierter Einschub sämtliche heruntertropfenden Säfte auf und vermeidet so, dass der Garraum verschmutzt wird. Wasser verringert die Rauchbildung

4-Scheiben-Verglasung Die ausgefeilte Isolation verhindert nicht nur, dass man sich verbrennt oder Wärme austritt und es in der Küche heiß wird – sie hilft auch, Energie zu sparen



FOTOS: THORSTEN SÜDFELS; FOODSTYLING: ACHIM ELLMER/BEIDE BLUEBERRY FOODSTUDIOS FÜR BEEF!

Steak ist in der kleinsten Hütte! Für alle, die keinen Balkon oder keine Terrasse haben, hat der ursprünglich aus Hessen stammende, heute international tätige Küchenhersteller Teka einen Backofen mit „Super Power Grill"-Funktion entwickelt, dank der man in jeder Küche wie ein BBQ-Gott brutzeln können soll.

Verheißungsvoller Name: „Steakmaster"! Ein Durchschnittsofen schafft nur 250, maximal 300 Grad, doch hier entwickeln leistungsstarke Keramikheizelemente an der Ofenoberseite beachtliche Temperaturen von bis zu 700 Grad. In Minuten soll die Hitze Fleisch auf dem massiven gusseisernen Rost zum Brutzeln bringen - und ein drei Zentimeter dickes Entrecôte gerade mal viereinhalb Minuten brauchen, bis es medium gegrillt ist. „Es entsteht eine knusprige Kruste, während das Innere zart und saftig bleibt", verspricht die Broschüre zum Steakmaster. Dann heizen wir ihm mal ein und schauen, was er drauf hat. Wird aus dem In-die-Röhre-Schieben allzu schnell ein In-die-Röhre-Gucken?

Zuallererst: Schick ist er, der Steakmaster! Für nicht einmal 1000 Euro, nämlich genau 999 Euro, bekommt man ein hochwertiges, schwarz-silbernes Gerät in edlem, minimalistischem Design. Das funkelnde Touchdisplay ist simpel in der Bedienung und führt selbst den unbedarftesten Anwender zum Steakgenuss, indem es im „Auto"-Modus vehement alle wichtigen Informationen einfordert: Fleischtyp/Cut, Dicke und Gargrad. Gibt man Rind/Entrecôte, drei Zentimeter und medium ein, bekommt man sofort weitere Anweisungen. Freigeister können sich im „Manuell"-Modus aber auch ohne Vorgabe durch den Garprozess bewegen.

Zunächst muss das Fleisch 20 Minuten bei 40 Grad vortemperieren. Der Grillrost soll in der oberen von zwei möglichen Positionen eingeschoben und die emaillierte Fettpfanne mit Wasser gefüllt werden. Danach die Steaks wieder entnehmen, die zwölfminütige Vorheizphase auf 700 Grad beginnt. Interessant: Die Küche bleibt kalt. Der Steakmaster ist vorbildlich isoliert, selbst die gläserne Ofentür wird außen kaum warm. Lediglich am Ende, bei geöffneter Klappe heizt sich der Raum kurz auf, logisch!

Aber jetzt: rein mit den Steaks! Nach zweieinhalb Minuten ertönt ein Signal: wenden! Die Garzeit wird unterbrochen, man kann das Fleisch ohne Hast umdrehen. Zwei weitere Minuten bei 700 Grad folgen. Und dann ... liegen drei perfekt auf den Punkt gegarte Entrecôtes auf dem Teller. Medium wie es in der Grillbibel steht: rosa, zart, saftig, mit einer feinen Kruste. Und es geht sogar noch röstlicher: Wer sein Steak superkross mag, verzichtet einfach auf das Wasser in der Fettauffangschüssel.

Heißt zusammengefasst: Das Ergebnis überzeugt, der Weg dorthin war denkbar einfach. Der Steakmaster ist ein verlässlicher Beefer XXL, der für vernünftige Steaks sorgt. Sein einziges kleines Manko: Er steht halt drinnen. B!

Den Teka Steakmaster gibt es als BEEF!- Edition in zwei Varianten, mit und ohne Edelstahlrahmen. Und gratis dazu das BEEF!-Profi-Paket mit Schürze, Grillzange, Rostreiniger u. m. Aber beide verfügen über die Steak-Grill-Technologie bis 700 Grad, Kochassistent, Großflächengrill, 4-Scheiben-Verglasung – und ein Profi-Küchenmesser und ein Grillhandschuh sind auch dabei! 999 Euro, über teka.com/de

FOTO **TOBIAS PANKRATH** FOOD **JAN SCHÜMANN**

HAND IN

BEEF! hat alles im Griff: Reh streicheln, Bison massieren, Fisch knacken oder Lamm kneten – sechs Rezepte für echte Handwerker

Wir legen Hand auf! Und zwar auf eine Rehkeule, die wir ordentlich mit geräuchertem Paprikapulver einmassieren, dann im Dutch-Oven braten und zu leckerem Pulled Reh zerpflücken

SICHT

Low & slow geschmortes Reh mit krossen Zwiebelringen und Schmand-Dip

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

FLEISCH 1,5 kg Rehkeule (ausgelöst), 200 g geräucherter Bauchspeck, 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 200 g Knollensellerie, 1 Möhre, 4 Stiele glatte Petersilie, 1 El Salz, 1 El Pfeffer (frisch gemahlen), 2 El geräuchertes Paprikapulver, 4 El Rapsöl, 2 El Tomatenmark, 1 Tl Pfefferkörner, 2 Lorbeerblätter, 8 El Wild-Preiselbeeren (aus dem Glas), 600 ml trockener Rotwein, 600 ml Wildfond (aus dem Glas oder selbst gekocht)

DIP 2 Schalotten, 2 El Senfkörner, 2 El Weißweinessig, 50 ml Whiskey, ½ Bund Schnittlauch, 400 g Schmand, Salz, Pfeffer

ZWIEBELRINGE 150 g Weizenmehl (Type 405) plus etwas Mehl zum Bearbeiten, Salz, Pfeffer (frisch gemahlen), 250 ml Pale Ale, 2 Eier (Kl. M), 2 mittelgroße Gemüsezwiebeln, etwa 1,5 l Rapsöl zum Frittieren

AUSSERDEM Dutch-Oven, Küchenthermometer

1 Das Fleisch etwa 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen und temperieren. Grill oder Backofen inklusive Dutch-Oven auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Speck in Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch hacken. Gemüse putzen und in Stücke schneiden. Petersilie hacken. Salz, Pfeffer und Paprikapulver mischen. Das Fleisch trocken tupfen und mit dem Rub rundum gleichmäßig bestreuen. Rub ca. 1 Minute mit den Händen ins Fleisch einmassieren.

2 Öl im Dutch-Oven erhitzen. Keule darin rundum braun anbraten, herausnehmen. Gemüse im Bratfett kurz anrösten. Speck, Tomatenmark, Pfefferkörner und Lorbeer zugeben, ebenfalls kurz anrösten. 4 El Preiselbeeren einrühren und die Rehkeule wieder in den Topf geben. Wein und Fond angießen, Topf schließen. Keule im geschlossenen Grill oder dem Backofen 3 – 3:30 Stunden sehr weich schmoren.

3 Für den Dip Schalotten fein würfeln, mit Senfkörnern, Essig, Whiskey und 75 ml Wasser in einem kleinen Topf aufkochen. Offen köcheln lassen, bis die gesamte Flüssigkeit verdampft ist. Schalotten-Senf-Mix abkühlen lassen. Schnittlauch fein schneiden, mit Schmand, Schalotten und Senfkörnern verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Für die Zwiebelringe Mehl, etwas Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen. Bier und Eier zugeben und alles zu einem glatten, dicklichen Teig anrühren. Ca. 20 Minuten quellen lassen.

5 Inzwischen Fleisch aus dem Dutch-Oven nehmen, zugedeckt warm halten. Fond in einen Topf passieren, offen etwa 15 Minuten sämig einkochen. Das Fleisch fein zerzupfen und mit restlichen Preiselbeeren (4 El) unter die Sauce rühren, warm halten.

6 Zwiebeln in ca. 1 cm breite Ringe schneiden, fein mit Mehl bestäuben, überschüssiges Mehl sacht abschütteln. Öl zum Frittieren auf etwa 180 Grad erhitzen. Zwiebelringe portionsweise durch den Bierteig ziehen und im heißen Öl goldgelb und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Fleisch, Zwiebelringe und Dip anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE
PLUS SCHMORZEIT 3:30 STUNDEN

GIB IHM DIE HANDKANTE!
WIR KNACKEN EINEN FISCH IM SALZMANTEL

Ein Wolfsbarsch wird auf ein Bett aus Eiklar, Gin und grobem Meersalz gelegt und mit Salz komplett bedeckt. Nach einer halben Stunde im Ofen ist der Fisch wunderbar zart und wir müssen nur noch den Mantel aufbrechen.

BARSCH VERPACKEN!

Wolfsbarsch in Salzkruste zu Artischocken

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

FISCH **1 küchenfertig vorbereiteter Wolfsbarsch (ca. 1,5 kg), Pfeffer (frisch gemahlen), 1 Bio-Zitrone, 1 Bund glatte Petersilie, ½ Bund Zitronenthymian, 2,5 kg grobes Meersalz, 100 ml Gin, 4 Eiweiß**

ARTISCHOCKEN/TAPENADE **8 Baby-Artischocken, 6 El Zitronensaft, 8 El Olivenöl, Salz, 100 g Taggiasca-Oliven (ohne Stein), 4 Stiele Estragon, 2 Knoblauchzehen, Pfeffer (frisch gemahlen)**

1 Fisch kalt waschen, trocken tupfen und mit Pfeffer würzen. Zitrone waschen, trocken reiben und in 5 – 6 Scheiben schneiden. Zitronenscheiben, Petersilie und Zitronenthymian in die Bauchhöhle füllen.

2 Für die Salzkruste Salz, Gin und Eiweiße gründlich vermengen. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech ein etwa 1 cm hohes Salzbett in Größe des Fisches formen. Fisch auflegen und mit dem restlichen Salz komplett bedecken. Die Salzkruste mit den Händen gut andrücken. Das Blech auf der 2. Schiene von unten in den vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) schieben und den Fisch etwa 35 Minuten garen. Blech aus dem Ofen nehmen, Fisch in der Kruste 15 – 20 Minuten ruhen lassen.

3 Inzwischen Grill (alternativ große Grillpfanne) auf mittlere Temperatur (200 – 250 Grad) vorheizen. Artischockenstiele auf etwa 4 – 5 cm kürzen. Stiele und Blütenböden schälen. Artischocken längs halbieren, Die äußeren harten Blütenblätter entfernen. Artischocken mit 3 El Zitronensaft, 2 El Olivenöl und etwas Meersalz mischen. Artischockenhälften auf dem heißen Grill oder in der Pfanne unter Wenden grillen, bis sie weich sind.

4 Oliven und Estragon hacken. Knoblauch in Scheiben schneiden. Mit restlichem Olivenöl (6 El) und Zitronensaft (3 El) mischen, mit Pfeffer würzen. Die Salzkruste seitlich einschneiden, abheben oder in Stücken aufbrechen, Fisch portionieren und mit Artischocken und Tapenade anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1:30 STUNDEN

KÜSS DIE HAND! WIR GEBEN RIBS EINE MEGA-KRUSTE

Das landet direkt auf den Rippen: ein Aromen-Mix aus säuerlichen Äpfeln und süßlichen Kirschtomaten, Zwiebeln und Knoblauch. Im Smoker wird daraus dann eine Knusper-Schicht.

Spareribs mit Apfel-BBQ-Kruste und Kartoffel-Bohnen-Salat

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

RIBS 2 kg Schweinerippchen (z. B. vom Schwäbisch-Hällischen Landschwein), je 1 Tl getr. Thymian und Oregano, 1 El brauner Zucker, 1 El Meersalzflocken, 1 Tl Zwiebelpulver, 1 Tl Knoblauchpulver, 1 Tl Cayennepfeffer, 1 Tl edelsüßes Paprikapulver, 300 ml Apfelsaft

KRUSTE 2 säuerliche Äpfel, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 200 g Kirschtomaten (z. B. gelb), 2 El Olivenöl, 4 Stiele Thymian, 40 g brauner Zucker, 2 El Honig, 1 Tl edelsüßes Paprikapulver, 200 ml Cider, 200 ml naturtrüber Apfelsaft, Salz, Pfeffer

SALAT 250 g kleine festkochende Kartoffeln (z. B. Drillinge), Salz, 200 g grüne Bohnen, 1 rote Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 kleiner säuerlicher Apfel, 4 Stiele glatte Petersilie, 200 g Kirschtomaten (z. B. gelb), 2 El Olivenöl, 2 El Apfelessig, Pfeffer

AUSSERDEM Smoker, Räucherchips

1 Das Fleisch etwa 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen und temperieren. Den Smoker auf 120 Grad anheizen. Für die Gewürzmischung Thymian und Oregano in einem Mörser fein zerstoßen. Mit restlichen Gewürzen mischen. Eventuell noch vorhandene Silberhaut vom Fleisch abziehen. Gewürzmischung auf das Fleisch streuen, gründlich einmassieren. Rippe in den heißen Smoker geben, Räucherchips einstreuen. Das Fleisch ca. 30 Minuten smoken.

2 Einen Gitterrost auf ein tiefes Backblech legen. Rippe auf den Rost geben, Apfelsaft in das Blech gießen. Ribs so weitere ca. 3 Stunden bei gleicher Temperatur garen. Nach Belieben für einen intensiveren Rauchgeschmack zwischendurch weitere Räucherchips einstreuen.

3 Für die Kruste Äpfel schälen, entkernen. Äpfel, Zwiebel und Knoblauch fein reiben. Tomaten putzen und würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Vorbereitete Zutaten darin 3 – 4 Minuten andünsten. Thymian, Zucker, Honig und Paprikapulver zugeben und alles weitere 2 – 3 Minuten rösten. Cider und Saft zugießen. Unter Rühren aufkochen und dann bei mittlerer Hitze offen dicklich einkochen. Währenddessen öfter Rühren. Mit einem Stabmixer fein pürieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Rippe aus dem Smoker nehmen. Die Temperatur auf 150 Grad erhöhen. Apfelmasse auf dem Fleisch verteilen. Im heißen Smoker weitere 30 – 45 Minuten fertig garen.

5 Für den Salat Kartoffeln waschen, in Salzwasser garen. Bohnen putzen und in kochendem Salzwasser 6 Minuten garen, anschließend abgießen und in kaltem Wasser abschrecken. Zwiebel in Spalten schneiden, Knoblauch in Scheiben schneiden. Apfel waschen, trocken reiben, entkernen und in feine Spalten schneiden. Petersilie grob schneiden. Tomaten waschen und halbieren.

6 Kartoffeln abgießen und halbieren. Öl in einer Grillpfanne erhitzen. Kartoffeln, Bohnen, Zwiebel und Knoblauch darin 5 – 7 Minuten rösten. Apfelspalten ca. 1 Minute mitbraten. Salatzutaten, Petersilie, Tomaten und Essig vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Spareribs und Kartoffel-Bohnen-Salat anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1:30 STUNDEN
PLUS GARZEIT CA. 4 STUNDEN

WILDES HANDGEMENGE! WIR BOXEN TEIG FÜR BRIOCHE-BUNS

Milch, Butter und Sahne lassen den Hefeteig besonders fluffig werden. Die süßlichen Brötchen passen bestens zum deftigen Brisket mit BBQ-Rub.

TEIG BOXEN!

Brisket mit BBQ-Rub, Brioche-Buns und Schwarzbiersauce

ZUTATEN FÜR 8 PORTIONEN

BRISKET 2,5 kg Beef Brisket, 2 El Salz, 2 El brauner Zucker, 2 Tl gemahlener Koriander, 2 Tl Knoblauchpulver, 2 El geräuchertes Paprikapulver, 2 Tl gemahlener Kreuzkümmel, 2 Tl Chilipulver, 2 Tl Senfpulver, 2 Tl Zwiebelpulver, 3 El Olivenöl

BUNS 12 g frische Hefe, 210 ml Milch (lauwarm), 2 El Zucker, 2 El Schwarzkümmel, 300 g Weizenmehl (Type 550), 1 Tl Salz, 50 g Butter (weich), 1 Eigelb, 1 El Schlagsahne

SAUCE 800 g Rinderknochen, 2 El Pflanzenöl zum Braten, 1 Bund Suppengemüse, 2 El Tomatenmark, 1 Tl Pfefferkörner, 2 Lorbeerblätter, 300 ml Rotwein, 1 l Schwarzbier, Salz, Pfeffer

AUSSERDEM Smoker, Räucherchips

1 Das Fleisch etwa 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen und temperieren. Den Smoker auf 90 Grad vorheizen. Gewürze mischen. Brisket kalt waschen, trocken tupfen und mit Olivenöl einreiben. Brisket rundum mit der Würzmischung einreiben und gründlich einmassieren. Fleisch in den heißen Smoker einlegen, Räucherchips einstreuen. Das Brisket etwa 4 Stunden smoken. Nach Belieben weitere Räucherchips einstreuen für einen intensiveren Rauchgeschmack.

2 Nach 4 Stunden die Temperatur auf 110 Grad erhöhen. Brisket weitere 4 Stunden bis zu einer Kerntemperatur von 95 – 98 Grad smoken.

3 Inzwischen für die Buns Hefe zerbröseln und mit Milch und Zucker verrühren. Kümmel in einem Mörser zerstoßen und mit Mehl und Salz in der Rührschüssel einer Küchenmaschine mischen. Hefemischung und Butter zugeben und alles geschmeidig glatt verkneten. Teig zugedeckt bei Zimmertemperatur 2 Stunden gehen lassen.

4 Teig durchkneten, in 12 gleich große Portionen teilen und rund formen. In eine mit Backpapier ausgelegte ofenfeste Form (20 x 20 cm) setzen. Zugedeckt weitere 2 Stunden gehen lassen.

5 Für die Sauce Knochen waschen, gründlich trocken tupfen. Öl in einem großen Bräter erhitzen, die Knochen darin bei mittlerer Hitze 30 – 40 Minuten unter gelegentlichem Wenden rösten. Suppengemüse putzen, grob schneiden, zugeben und kräftig mit anrösten. Tomatenmark, Pfefferkörner und Lorbeer untermischen und ebenfalls anrösten. Wein angießen, vollständig einkochen. Dann Bier zugießen. Saucenansatz ca. 1 Stunde offen sacht köcheln.

6 Eigelb und Sahne verquirlen, Teigkugeln damit bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad (Umluft 170 Grad) ca. 18 Minuten goldgelb backen. Sofort nach dem Einschieben 50 ml kochendes Wasser in eine auf dem Backofenboden gestellte Schale gießen. Brioche-Buns im Dampf backen, dann in der Form auf einem Kuchengitter auskühlen.

7 Saucenansatz passieren, nach Belieben noch weiter sämig einkochen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Brisket aus dem Smoker nehmen und kurz ruhen lassen. Fleisch quer zur Faser aufschneiden und anrichten. Brioche-Buns und Schwarzbiersauce dazu reichen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1:30 STUNDEN
PLUS GAR- UND WARTEZEIT CA. 9 STUNDEN

WIR WERDEN HANDGREIFLICH! UND KNETEN HACK VOM LAMM

Der scharfe orientalische Gewürzmix Pul Biber, Petersilie, Paprika und natürlich Knoblauch geben den Adana-Spießen ihr pikantes Aroma.

LAMM KNETEN!

Adana-Spieße mit Teigfladen und gegrillter Spitzpaprika

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

FLADEN 320 g Weizenmehl (Type 550), 1 Tl Salz

TZATZIKI 1 Salatgurke, Salz, 4 Stiele Minze, 2 Stiele Dill, 4 Knoblauchzehen, 500 g Sahnejoghurt, 2 El Olivenöl, 1 Tl Bio-Zitronenschale, 2 El Zitronensaft, Pfeffer (frisch gemahlen)

SPIESSE 2 Knoblauchzehen, 1 rote Zwiebel, 8 Stiele glatte Petersilie, 800 g Lammhackfleisch, 2 El rosenscharfes Paprikapulver, 2 El Pul Biber, 1 Tl gemahlener Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)

SPITZPAPRIKA 8 kleine rote Spitzpaprika, 4 El Olivenöl

AUSSERDEM ca. 8 lange Grillspieße, Plancha

1 Für die Teigfladen Mehl, 240 ml warmes Wasser und Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten. In 4 gleich große Portionen teilen, rund formen und mit einem angefeuchteten Geschirrtuch bedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

2 Für das Tzatziki Gurke waschen, putzen, trocken reiben und raspeln. Mit etwas Salz mischen und 15 Minuten ziehen lassen.

3 Kräuter hacken. Knoblauch würfeln, mit etwas Salz in einem Mörser zerstoßen. Gurkenraspel gut ausdrücken. Mit Kräutern, Knoblauch, Joghurt, Öl, Zitronenschale und -saft verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kühl stellen.

4 Für die Spieße Knoblauch und Zwiebel reiben. Petersilie hacken. Knoblauch, Zwiebel, Petersilie, Hackfleisch, Paprikapulver, Pul Biber und Kreuzkümmel gründlich verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Hack portionsweise um Grillspieße formen, dabei gut andrücken.

5 Grill inklusive Plancha auf mittlere Temperatur (180 – 200 Grad) vorheizen. Spitzpaprika waschen, trocken tupfen und mit Öl beträufeln. Auf dem heißen Grill indirekt 6 – 10 Minuten unter Wenden grillen. Hackspieße unter Wenden direkt etwa 8 – 10 Minuten knusprig grillen.

6 Währenddessen Teigkugeln auf wenig Mehl zu dünnen Fladen von ca. 30 cm Ø ausrollen. Nach und nach auf der heißen Plancha 1 – 2 Minuten von jeder Seite backen. Spieße, Teigfladen, Spitzpaprika und Tzatziki anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1:15 STUNDEN

HAND DRAUF! WIR RUBBEN EIN BISON MIT KAKAO UND PFEFFER

Diese Mörsergranate schlägt ein: Die Mischung aus Kakaobruch und Kampot-Pfeffer gibt den auf Flammlachsbrettern gegrillten Bison-Steaks eine ungewöhnlich feinherbe Note.

FOTOS & STYLING: TOBIAS PANKRATH; REZEPTE & FOODSTYLING: JAN SCHÜMANN;
PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL/ALLE BLUEBERRY FOOD STUDIOS FÜR BEEF!

BISON MASSIEREN!

Flamm-Flank vom Bison mit Kakao-Pfeffer-Rub und Spitzkohl-Slaw

ZUTATEN FÜR 4 – 6 PORTIONEN

RUB UND FLANK **2 Bison-Flank-Steaks (ca. 2 kg), 4 El Kakao-Nibs, 2 El Kampot-Pfeffer, 4 Pimentkörner, Meersalzflocken, 2 El brauner Zucker, 2 El Olivenöl**

SLAW **1 kleiner Spitzkohl (ca. 600 g; z. B. rot, alternativ Rotkohl), Salz, Pfeffer, 4 Stiele Liebstöckel, 2 EL Rotweinessig, 4 El Sherry, 2 El Orangensaft, 2 Tl Honig, 2 El Olivenöl**

AUSSERDEM **2 Flammlachsbretter inklusive Halterung, ausreichend Holz, Kohle oder Grillbriketts für ein dickes Glutbett, 2 – 3 extratrockene Holzscheite**

1 Flammlachsbretter 1 – 2 Stunden wässern. Das Fleisch etwa 1 Stunde vor der Zubereitung auf Zimmertemperatur temperieren. Kugelgrill oder Feuerschale mit Holzscheiten oder Grillbriketts bestücken und durchbrennen, bis ein dickes Glutbett vorhanden ist.

2 Kakao, Kampot-Pfeffer, Pimentkörner und 1 Tl Salz in einem Mörser fein zerstoßen. Mit Zucker mischen. Flank Steak trocken tupfen, mit Olivenöl beträufeln und rundum mit der Kakao-Würzmischung einreiben. Fleisch 30 Minuten ziehen lassen.

3 Inzwischen für den Slaw Spitzkohl putzen, waschen, abtropfen lassen. Kohl in feine Streifen schneiden. Mit etwa 1 ½ Tl Salz und etwas Pfeffer mischen und gründlich durchkneten. Liebstöckel hacken, mit Essig, Sherry, Orangensaft, Honig und Öl verrühren. Dressing unter den Spitzkohl mengen. Salat abschmecken.

4 2 – 3 Holzscheite in das Glutbett legen und Feuer fangen lassen. Flank Steaks auf den Flammlachsbrettern fixieren, Bretter am Grillrand in einem Winkel von etwa 30 Grad zum Feuer befestigen. Flank Steaks 2 – 3 Minuten rösten. Die Bretter abnehmen. Steaks wenden, wieder befestigen und weitere 2 – 3 Minuten rösten. Steaks zugedeckt 5 Minuten ruhen lassen. Zum Servieren Flamm-Flank quer zur Faser aufschneiden. Kohl-Slaw nochmals abschmecken und dazu reichen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 45 MINUTEN
PLUS WARTEZEIT MINDESTENS 1 STUNDE

„Na, auch neu hier?“

FÜR EINSTEIGER: CUVEÉS BIS 15 EURO

1 – **2021er WEINWERKSTATT ROSÉ TROCKEN** von Lauffener Weingärtner (Deutschland), 12 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 10 Euro, lauffener-wein.de
2 – **2019er SANKT KILIAN** (weiß) von Genossenschaftskellerei Heilbronn (Deutschland), 13,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 13 Euro, wuerttemberger-weine.de
3 – **2020er ORANGE GOLD** (weiß) von Gérard Bertrand (Frankreich), 13 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 15 Euro, hawesko.de
4 – **2018ER CRU BOURGEOIS MÉDOC** (rot) von Château Saint-Aubin (Frankreich), 12,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 15 Euro, weinfreunde.de
5 – **2020er RÉSERVE ROSÉ** von Château Rauzan Despagne (Frankreich), 12,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 10 Euro, baltic-weinkontor.de
6 – **2018er TSINANDALI BLANC** von Corporatian Georgian Wine (Georgien), 13 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 14 Euro, shop.cgw.ge

Versteh Cuvée!

TEXT **SEBASTIAN BORDTHÄUSER**

Die verschnittenen Rebsäfte sind uns nicht weinerlei – denn Cuvées sind viel besser als ihr Ruf. Im Idealfall kommt das Abmischen von Sorten, Lagen oder Jahrgängen sogar einer Kunstform gleich

Cuvée? Oh je! Es gibt wohl keine Art von Alkohol die ein ähnlich großes Imageproblem hat wie die Cuvée, allenfalls noch Sangria oder Äppelwoi. Allzu oft wird das Gemisch mehrerer Weine als gepanschte Plörre zweifelhaften Ursprungs abgetan. Zu einem ganz anderen Schluss kommt hingegen Jan Thienpont, Sohn einer berühmten französischen Winzer-Dynastie und Betreiber eines eigenen Weinguts in Bordeaux. Für den Mann vom Fach ist die Cuvée „eine Kunstform, bei der Rebsorten, Terroirs und Parzellen miteinander vermählt werden, um die Aromen der einzelnen Sorten hervorzuheben." Klingt pathetisch, aber gut. Ist die Cuvée also nicht nur viel besser als ihr Ruf, sondern tatsächlich eine verkannte Ausdrucksform hochwertigen Handwerks?

Die Suche nach Antworten führt zuallererst zum Wort selbst: Der Begriff „Cuvée" stammt ursprünglich aus Frankreich. Er bezeichnet dort die Abfüllung eines Weinguts, abgeleitet vom „Cuve", dem großen Fass, in dem der Wein vergor. Dabei war und ist es den Franzosen völlig egal, ob der Wein aus einer oder mehreren Sorten besteht. Im Deutschen ist die Cuvée hingegen unbedingt ein Verschnitt - von mehreren Rebsorten, Lagen, Jahrgängen oder hellem und dunklem Wein. Diesen Vorgang nennt der Franzose wiederum „Assemblage". Babylonisches Sprachgewirr!

Die nächste Frage, die sich aufdrängt: Warum verschneidet man eigentlich? Ganz einfach: Im besten Falle ist die Summe größer als ihre Einzelteile. Oft macht erst die feine Endabmischung den typischen Charakter eines Weins aus. In vielen berühmten Weinanbauregionen der Welt ist Verschnitt völlig normal: in Bordeaux, Porto, Châteauneuf-du-Pape, Chianti, Rioja... Außerdem wird verschnitten, um ein möglichst gleichbleibendes Geschmacksbild zu erzielen. Es geht um Ausgleich, um Balance. Das betrifft den Literwein aus dem Discounter ebenso wie die kostspielige Prestige- »

In Chianti oder Rioja ist der Verschnitt Teil des Erfolgs

Cuvée eines Champagnerhauses, die in jedem Club der Welt nun mal gleich schmecken soll. Hellen Rotweinen wie deutschem Spätburgunder wurde lange Zeit etwas Dornfelder beigegeben, um ihn dunkler zu färben und somit kräftiger erscheinen zu lassen. Doch ist das nicht gemogelt?

Dazu sollte man wissen: Knapp 60 Prozent des in Deutschland verkauften Weins stammt von Abfüllern und Großkellereien, Betrieben also, die in großem Stil Fasswein aufkaufen und dann als Handelsmarke, Eigenmarke oder ähnliches vertreiben. Auf dem Rückenetikett dieser Weine steht lediglich noch der Ort, an dem sie abgefüllt wurden. Sie sind zusammengestellt aus zugekauften Weinen nicht weiter definierter Herkunft. Das bedeutet im Umkehrschluss: Je weiter der Begriff „Herkunft" gefasst wird, desto geringer ist die Qualität. Was nicht zwangsläufig heißen muss, dass diese Weine schlecht sind. Sie sind allesamt sensorisch verkehrsfähig und unterliegen strikten Kontrollen. Und sie erlauben große Stückzahlen, denn man muss bedenken: Der größte Weinhändler Deutschlands ist der Supermarkt.

Diese Weine sind daher immer die Antipoden zu den Weinen handwerklich arbeitender Winzer. Deren Produktion ist schon durch die Betriebsgröße limitiert und würde gar nicht ausreichen, um auch nur eine Supermarktkette zu versorgen. Hält man sich an Weine von Winzern, ist die Herkunft also zwangsläufig bereits um einiges enger gefasst – ob nun Cuvée oder reinsortig.

In Ländern wie Deutschland oder Österreich steht in der Regel die verwendete Rebsorte auf dem Etikett, zum Beispiel Riesling, ebenso bei Überseeweinen aus Australien, den USA und Südamerika. Dem gegenüber stehen die traditionellen Weinländer Westeuropas wie Italien, Frankreich, Spanien oder Portugal, in denen das Herkunftsprinzip greift. Weitergehende Angaben zur Sorte werden dort auf den Etiketten nicht gemacht.

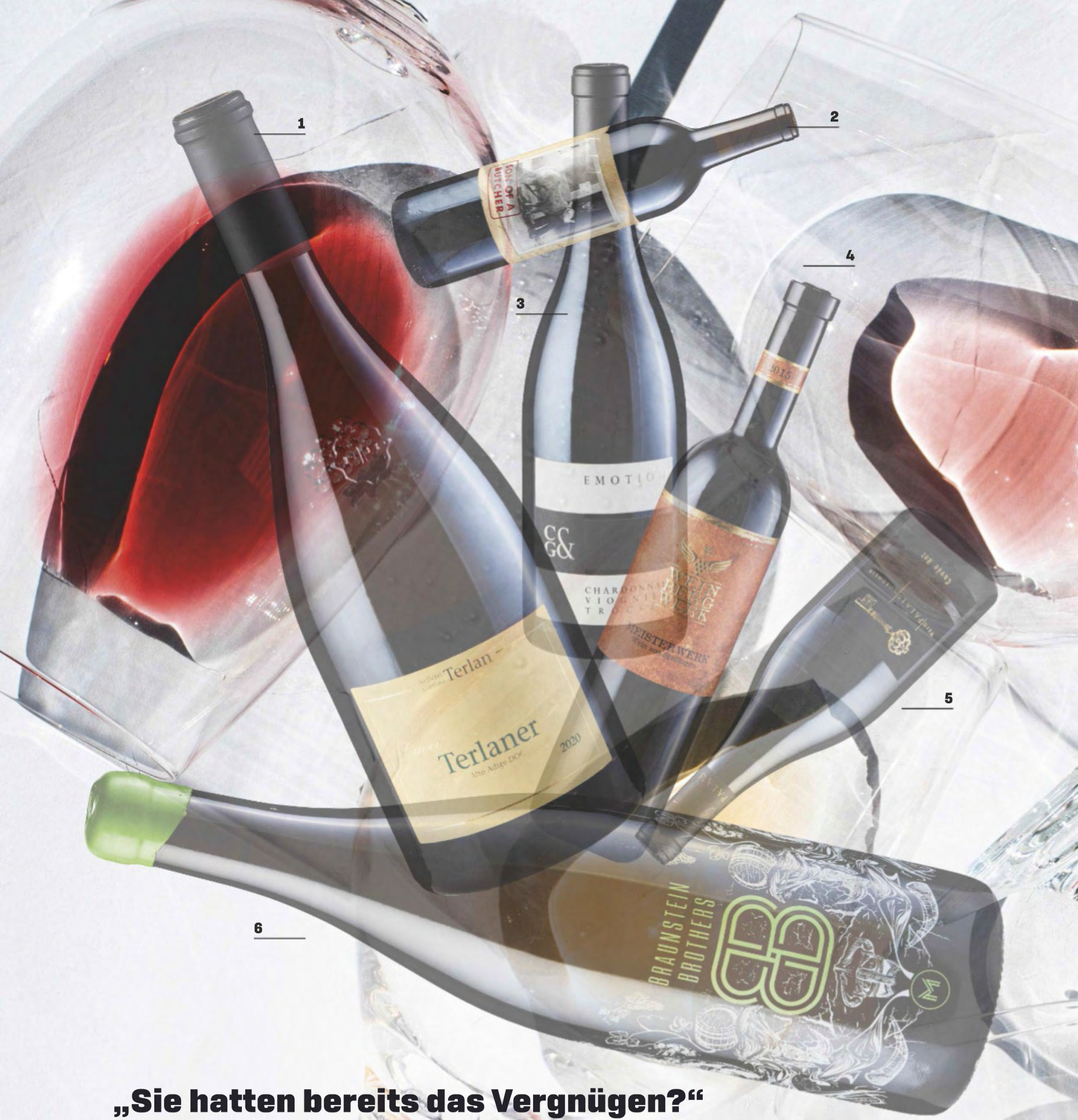
Trinkt man etwa einen Roten aus dem portugiesischen Anbaugebiet Alentejo, kennt man zwar seinen Ursprung, nicht aber die Sorten, aus denen er sich zusammensetzt. Das gilt auch für Landstriche wie die portugiesische Vinho Verde, die italienische Chianti oder die spanische Rioja. Der Verschnitt unterschiedlicher Sorten ist dort gang und gäbe – und Teil des Erfolgs. Der sogenannte „Rebsortenspiegel", also im Grunde das Mischverhältnis für die Regionen, ist im jeweiligen Weingesetz festgelegt. Im Bordeaux sind gerade erst sechs neue Sorten, vier rote und zwei weiße, zugelassen worden, sodass heute insgesamt 19 Rebsorten erlaubt sind, die einen Bordeaux ausmachen dürfen. Auf dem Label finden wir von alledem jedoch: nichts! Und vor allem: Das Ganze sagt wirklich rein gar nichts über die Qualität eines Weins aus. Im Gegenteil: „Die Assemblage, der Verschnitt, ist der letzte Schliff bei der Herstellung eines großen Weins", schwärmt der bereits erwähnte französische Winzer Jan Thienpont. „Jeder Hersteller formt so seinen eigenen Stil und überträgt ein wenig von sich selbst, seiner Arbeit und seiner Seele in sein Produkt."

Doch selbst vermeintlich reinsortige Weine sind fast immer Cuvées. Auch wenn „Riesling" auf dem Etikett steht, gestattet das deutsche Weingesetz, dass bis zu 15 Prozent einer, zweier oder 200 weiterer Sorten zugefügt werden dürfen, ohne dass dies ausgewiesen werden muss. So war es beispielsweise bis vor 25 Jahren nicht unüblich, etwas Gewürztraminer zum Riesling zu geben. Da es bis dahin nicht selbstverständlich war, dass der Riesling jedes Jahr auch wirklich seine volle Reife erreichte, wurde gern ein Schluck des freundlichen Traminers untergemengt, der die sauren Spitzen des Rieslings kappte und ihn auch aromatisch etwas aufmöbelte.

Weiterhin betrifft die 15-Prozent-Regelung nicht allein die Zugabe anderer Sorten, sondern auch den Verschnitt eines anderen Jahrgangs. Nach einem Jahr wie 2021, das zwar qualitativ als sehr gut eingestuft wird, für einige Winzer wetterbedingt aber Einbußen bis zu 75 Prozent mit sich brachte, ist so eine Bestimmung Gold wert, da mit Wein aus dem Vorjahr die verfügbaren Mengen ohne Probleme aufgestockt werden können.

Was gewöhnungsbedürftig klingt, ist ausgerechnet beim Champagner gelebte Praxis. Dessen Qualität steigert sich oftmals durch die Zugabe von Reserveweinen, also Weinen aus vorangegangenen Jahren, die jeder Produzent in großem Maße vorrätig hat. Die Menge des zugegebenen Reserveweins ist somit nicht nur stilbildend, sondern abermals Rückversicherung für den Produzenten: Wenn in den letzten Jahren Hagelschäden und Frost die Erntemenge stark dezimiert haben, kann man sich mit genügend Reservewein im Keller durch die mageren Jahre retten.

Und bei präzise umrissener Herkunft? Lässt sich da noch verschneiden? In Deutschland werden Große Gewächse (GG) beispielsweise nach den strikten Qualitätsmaßstäben des Verbands Deutscher Prädikatsweingüter (VDP) hergestellt. Das GG stammt aus einer genau abgegrenzten Parzelle innerhalb einer Gemeinde. Ein Riesling aus dem Westhofener Morstein müsste folglich unverschnitten sein. Doch: Irrtum! Selbst bei der eng gefassten Herkunft kommt nicht alles in einen Tank, sondern die ein- »



„Sie hatten bereits das Vergnügen?“

FÜR FORTGESCHRITTENE: CUVÉES BIS 25 EURO

1 – **2020er TERLANER** (weiß) von Kellerei Cantina Terlan (Südtirol, Italien), 13,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 16 Euro, vicampo.de/weingut-cantina-terlan
2 – **2017er SON OF A BUTCHER** (rot) von Yannick Rousseau (USA), 14,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 23 Euro, schreiblehner.com
3 – **2020er CHARDONNAY & VIOGNIER EMOTION CG** (rot) von Weingärtner Cleebronn-Güglingen (Deutschland), 13 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 22 Euro, cg-winzer.de
4 – **2015er MEISTERWERK TROCKEN** (rot) von Württemberger WeinBergWerk, 13,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 18 Euro, wuerttemberger-weine.de
5 – **2016er WEINPALAIS NORDHEIM** (rot) von Heuchelberg Weingärtner (Deutschland), 14 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 23 Euro, wirwinzer.de
6 – **2020er WEISSE CUVÉE** von Braunstein-Brothers (Österreich), 13 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 18 Euro, weingut-braunstein.at

„Ah, Sie kennen sich aus!“

FÜR PROFIS: CUVÉES ÜBER 25 EURO

1 – **2015er DOMINUS OTHELLO** (rot) von Dominus Estate (USA), 14,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 44 Euro, vinatis.de
2 – **2019er NOVA DOMUS** (weiß) von Kellerei Cantina Terlan (Südtirol, Italien), 14 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 40 Euro, vicampo.de/weingut-cantina-terlan
3 – **2018er COMPOSITION XXL FAS(S)ZINATION** (rot) von Felsengartenkellerei Besigheim (Deutschland), 13,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 29 Euro, shop.felsengartenkellerei.de
4 – **2016er CROOKED VINES TINTO** von Secret Spot (Portugal), 15 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 26 Euro, portwine.de
5 – **2016er THAT'S NEISS ROT RÉSERVE** vom Weingut Neiss (Deutschland), 13,5 % Vol., 0,75 Liter, für ca. 30 Euro, shop.weingut-neiss.de

Ist reiner Wein nur eine Illusion?

zelnen Parzellen werden getrennt voneinander ausgebaut. Besonders alte Stöcke werden getrennt von Junganlagen, Reben am Hang getrennt vom Hangfuß ausgebaut. Alle Parzellen haben unterschiedliche Eigenschaften, deren Summe den späteren Wein maßgeblich beeinflussen.

Philipp Wittmann vom Weingut Wittmann in Westhofen in Rheinhessen ist einer der Pioniere des biologischen Weinbaus und produziert erstklassige Rieslinge. Er erklärt: „Generell ist die Cuvetierung unterschiedlicher Fässer ein Zugewinn für die Komplexität eines Weins, egal ob es um dieselbe Rebsorte oder gar dieselbe Lage geht. Durch die Gärung in unterschiedlichen Gebinden entstehen stilistische Unterschiede bzw. unterscheiden sich die Weine auch selber Herkunft im Detail. Das Finden der perfekten Kombination als Cuvée ist deshalb der große kreative Part für den Winzer."

Ist in letzter Konsequenz also alles Cuvée? Gibt es ihn gar nicht, den reinen Wein? Ist er nicht mehr als eine Illusion? Schlussendlich gibt es darauf nur eine Antwort: Ja! Theoretische Ausnahmen wären im Falle von Monopollagen zwar denkbar, das heißt bei Lagen, die sich im Alleinbesitz eines Produzenten befinden und deren Trauben alle zusammen in einem Tank vergoren und dann abgefüllt werden. Aber selbst in diesem Falle wird die Lage oft fragmentiert in unterschiedlichen Gebinden ausgebaut und nachher zu einem oder mehreren Weinen zusammengeführt. Qualitative Aussagen an den Verschnitt zu knüpfen bleibt folglich immer Blödsinn. Was zählt sind Herkunft, Handwerk und die Philosophie des Winzers, der die Weine nach seinem Ermessen und zum Vergnügen seiner Kunden verschneidet. Die Suche nach der besten Cuvée kann dabei schnell zu einer Lebensaufgabe werden. Es bleibt also nur eins: Immer hübsch weitertrinken! B.

FOTOS: BRUNO SCHROEDER/BLUEBERRY FOOD STUDIOS FÜR BEEF! (15), VIKTOR SOLOMIN/STOCKSY/ADOBE STOCK (3)

BEEF!
MÄNNER KOCHEN ANDERS

DER BEEF! WHISKY CLUB: A TASTEFUL SUMMER

Die BEEF!-Redaktion und Foodist präsentieren das Whisky Tasting für zu Hause! Verkoste alle zwei Monate drei erlesene Whiskys – Tipps & Know-how inklusive. Jetzt bestellen!

foodist

Mehr Infos unter:
beef.de

Online bestellen unter:
beef-whiskyclub.de

SO TEIG, SO GUT!

FOTO: **FLORIAN BONANNI** FOOD: **JAN SCHÜMANN** TEXT: **FERDINAND DYCK**

Wie gut unsere Laibspeise schmeckt, hängt vom Sauerteig ab. Doch Besuche in einer Großbäckerei und einem Labor für Zusatzstoffe lassen die Grenze zwischen gutem Handwerks- und bösem Industriebrot verschwimmen. Was tun? Am besten setzt man gleich seinen eigenen Sauerteig an!

KNUSPRIGES OLIVEN-CIABATTA

Hmmmh! Da möchte man doch direkt reinbeißen: Das selbst gebackene Oliven-Ciabatta aus Roggensauerteig mit Weizenmehl ist selbstverständlich ein Highlight auf jeder Grillparty – aber auch sonst überall! ➜ **Rezept Seite 147**

So locker, so luftig – und doch mit so viel Aroma um die Porung herum: Nichts geht über ein selbst gemachtes Sauerteigbrot!

Eine Backstube in der Oberlausitz. Hinten dröhnt eine Drehhebelknetmaschine aus der Nachkriegszeit. Unter dem Fenster zur Dorfstraße steht ein alter Teigrührer neben einer mechanischen Waage. Nur der Ofen, ein Monsterteil, tief wie drei Wohnzimmerschränke, sieht halbwegs neu aus. „Erst als mein Vater sicher war, dass ich den Betrieb übernehmen würde, hat er den Ofen gekauft“, sagt Stefan Richter. Für 20 000 Euro – eine gewaltige Investition für die kleine Bäckerei.

Seit 2013 ist Stefan Richter der Dorfbäcker von Kubschütz, 15 Autominuten östlich von Bautzen. Einer von nur noch etwa gut 10 000 Handwerksbäckern in Deutschland, jenen selbstständigen Bäckermeistern, deren Betrieb noch nicht von einer Kette aufgekauft wurde und die sich in der Regel keine gefrorenen Industrieteiglinge in die Backstube schicken lassen. Vor 60 Jahren gab es allein in den alten Bundesländern noch 55 000 Handwerksbäcker.

Richter ist Brot-Traditionalist. Das Credo des Mannes in der schwarz-weiß karierten Bäckerhose: „Ich glaube, es schadet uns, wenn wir erwarten, dass ein aufgeschnittenes Brot sechs Tage lang halten muss und Weizenbrötchen immer ein sagenhaftes Volumen haben müssen. Beides klappt nun mal nur mit Zusatzstoffen.“

Richter nimmt die zwei Kilo, die noch übrig sind vom Sauerteig, aus dem er vor ein paar Stunden etwa 50 Roggenmischbrote gebacken hat, und wirft sie in den Kneter. Er gibt fünf Kilo Roggenmehl und fünf Liter Wasser dazu, schaltet den Motor an. Ein rotierender Haken kämpft sich durch den Sauerteig fürs Brot von morgen – durch die zähe, saure Masse, ohne die man kein einziges Roggenbrot backen kann.

Zumindest wenn man wie Richter auf künstlich hergestellte Zutaten verzichtet. Er mache niemandem einen Vorwurf, der gutes Brot nicht von schlechtem unterscheiden könne, sagt der junge Bäckermeister, er würde nur gern etwas dagegen tun. „Ich wünsche mir, dass ein Kind mit seinen Eltern am Frühstückstisch sitzt, mein Brot isst und fragt: ‚Warum schmeckt das so gut?‘ – und dass es diesen Geschmack nicht mehr vergisst.“

Aber das mit dem Geschmack ist so eine Sache. Als Richter die Bäckerei 2013 übernahm, verbannte er die Fertigmischungen, die sein Vater für eine Reihe von Teigen verwendet hatte, aus der Backstube. Seine Brötchen duften und schmecken jetzt intensiver – dafür sind sie klein und schwer und nicht so knusprig wie die „Sonntagsbrötchen“, die man von Bäckereien und Backshops kennt. Nur: Viele seiner Kunden wollten damals erst mal die dicken Brötchen mit den Backmitteln zurück. „Wahrscheinlich, weil mehr Wurst drauf passt“, sagt Richter und lacht. Mittlerweile seien aber alle glücklich mit den Handwerksbrötchen. Dann wird er ernst: „Wer immer die gleichen, mit Zusatzstoffen getrimmten Industriebrote isst, der kann nicht mitreden, weil er das Schmecken verlernt“, sagt er. Das sei das Ziel der Großbäckereien, Supermärkte und Discounter: „Die wollen einen Verbraucher, der davon überzeugt ist, dass ihm das billige Zeug schmeckt. Die wollen Brotesser mit einer selbstbewussten Lebensmittelinkompetenz“, sagt er. Hat er recht damit?

„JEDE KIWI IST GEFÄHRLICHER ALS ZUSATZSTOFFE BEIM BACKEN“

Ahrensburg, nördlich von Hamburg. Lutz Popper beugt sich über ein Backblech mit Brötchen darauf, dann sagt er: „Die Asco holt schon den Tiger aus dem Teig!“ Mit „Asco“ meint er „Ascorbinsäure“, einen der wichtigsten Backzusatzstoffe. Popper ist so überzeugt wie Stefan Richter – nur vom glatten Gegenteil: „Staatlich geprüfte und zugelassene Zusatzstoffe haben nur Vorteile“, sagt er. „Jede Kiwi ist gefährlicher, denn sie ist deutlich weniger erforscht und wird schlechter kontrolliert.“ »

Was genau ist eigentlich Sauerteig?

Hätte die deutsche Brotkultur ein Herz, es wäre ein zäher, braungrauer, saurer Batzen. Sauerteig ist das Urbackmittel der Menschheit, und kaum irgendwo spielt er noch heute eine so wichtige Rolle wie bei uns. Das Prinzip: Verrührt man Wasser mit Mehl und lässt beides eine Weile stehen, werden in dem Gemisch nicht nur Hefen, sondern auch Bakterien aktiv. Die wandeln Teile der Getreidestärke in Milch- und Essigsäure um, das ist wichtig für die Chemie eines Brotes. Ohne Milchsäurebakterien könnte man kein Roggenbrot backen. Vor allem aber bringt Sauerteig Geschmack: Er senkt den pH-Wert des Brotes – das hemmt das Schimmelpilzwachstum – und macht es, je nach Gärtemperatur, mehr oder weniger sauer. Und der Alkohol, den er erzeugt, bildet im Zusammenspiel mit Aminosäuren Ester, das ergibt fruchtige Noten. Ersetzt man den Sauerteig mit „Kunstsauer“, also mit im Labor erzeugten Bakterienkulturen, verliert man einen Großteil dieser Aromen. Beschleunigt man mit Zusatzstoffen die Gärung des Teiges, verkürzt man die Aromabildung im Teig – und das Brot gerät noch ein Stück fader.

Popper ist wissenschaftlicher Leiter bei Stern-Wywiol, einem Global Player in Sachen Backzusatzstoffe und Mehlbehandlung. Die Unternehmensgruppe berät große Mühlen im In- und Ausland, stellt aber auch Fertigmischungen zusammen, mit denen Bäckereien ihre Teige anrühren.

Auf dem Backblech in der Versuchsbäckerei des Unternehmens liegen 24 Weizenbrötchen, in vier Reihen. Popper will erklären, wie wirkungsvoll Zusatzstoffe sein können – und wie bedenkenlos man Brote und Brötchen essen kann, in denen sie stecken. Reihe für Reihe werden die Brötchen auf dem Blech größer und krosser, denn sie enthalten auch immer mehr Zusatzstoffe: in der einen Reihe Ascorbinsäure, in der anderen zusätzlich Enzyme, in der dritten schließlich „das volle Paket“, wie Lutz Popper es ausdrückt.

Diese Brötchen sind die dicksten, die goldensten. Sie sind luftig, knusprig, aber ziemlich geschmacklos – in Deutschland Alltag. Nicht nur Großbäcker, die Aufbackshops mit tiefgefrorenen Teiglingen beliefern, verwenden Zusatzstoffe, sondern auch viele der kleinen Meisterbetriebe. Wie viele, weiß niemand. Es gebe keine Zahlen, so die Auskunft des Zentralverbands des Deutschen Bäckerhandwerks. Man müsse aber unterscheiden: Bei den Brötchen erwarte der Verbraucher ein gewisses Volumen. Und das erreiche man nur mit funktionalen Additiven – also mit Zusätzen, die nicht auf den Geschmack, sondern aufs Backverhalten zielen. Zum Brotbacken hingegen brauche es gar keine Zusatzstoffe.

AUCH HANDWERKSBÄCKER WERFEN BACKMITTEL IN IHREN BROTTEIG

Verwendet werden sie trotzdem: Eine besonders populäre, industriell produzierte Roggenbrot-Teigmischung etwa, das „König Ludwig Brot“, kann man nach Recherchen des NDR bei mehr als 5000 deutschen Bäckern kaufen, inklusive Emulgatoren, Enzymen, Mehlbehandlungsmittel und Fettsäuren. Und das ausgerechnet in Deutschland: Rund 1,6 Millionen Tonnen Brot haben die Deutschen im Jahr 2019 gekauft, knapp 20 Kilo pro Kopf. Weit mehr als 3000 verschiedene „Brotspezialitäten“ soll es geben, dessen Überzeugungsarbeit zumindest mitverantwortlich dafür war, 2014 nahm die UNESCO die deutsche Brotkultur ins Bundesweite Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes auf. Und doch werfen auch die sogenannten Handwerksbäcker zu Tausenden Backmittel und Zusatzstoffe in ihre Teige.

WO VERLÄUFT DIE GRENZE VON HANDWERKS- ZU INDUSTRIEBROT?

Die Sache ist also kompliziert. Nur: Wenn jemand mit Zusatzstoffen backt, dann doch wohl am ehesten ein Großbäcker, der jeden Tag Massen von Brot an seine zahlreichen Filialen liefern muss. Oder etwa nicht?

Mühlheim bei Frankfurt, im Konferenzraum der Wiener Feinbäckerei Heberer. Hinter einem Berg von Broten sitzt Georg Heberer, der Bäckermeister. In den vergangenen mehr als vier Jahrzehnten hat seine Familie ihren Betrieb massiv ausgebaut. Alles begann 1891 mit einem kleinen Laden in Offenbach, heute beliefern die Wiener Feinbäcker über 200 Filialen in ganz Deutschland, viele davon an Verkehrsknotenpunkten wie Bahnhöfen oder Flughäfen gelegen. „Ich mag das Wort Großbäcker überhaupt nicht, wir sehen uns als Handwerksbäcker“, sagt Georg Heberer.

Er schneidet eine Scheibe vom mächtigen Zwei-Kilo-Roggenbrot herunter. Sie riecht intensiv: kräftig nach Getreide, mit leichter Säure, so schmeckt sie auch. Wie intensiv das Aroma eines Brotes gerate, liege nicht daran, wie viel Teig man gleichzeitig backe, sagt Heberer. „Es liegt daran, wie lange es seinen Geschmack entwickeln konnte“. Nur wenn man die Gärzeit eines Teiges künstlich verkürze, dann verliere man immer Geschmack.

In der riesigen Backstube unter dem Konferenzraum fährt der Bäckermeister mit einem Plastikschaber in eine brusthohe Edelstahlwanne, gefüllt mit einer braungrauen Masse. Sie schmeckt sauer. Ein bisschen fruchtig und leicht süß, aber vor allem sauer. Es ist Sauerteig, ohne künstliche Zusatzstoffe. „Wir backen mit 100-prozentigem Natursauerteig, etwas anderes kommt uns nicht ins Brot“, sagt Georg Heberer.

Was heißt das alles nun, für die deutsche Laibkultur? Vor allem, dass die Grenzen zwischen gutem Handwerks- und bösem Industriebrot nicht so klar verlaufen, wie man sich das oft vorstellt. Nicht nur Puristen wie Stefan Richter verwenden ausschließlich natürlichen Sauerteig. Sondern auch viele große Bäckereien, eben etwa die Wiener Feinbäckerei, und auch sie lassen ihren Brotteig zum Teil lange gären. Das hat nicht unbedingt etwas mit Idealismus zu tun, denn Mehl und Wasser sind schlicht wesentlich billiger als fertige Säurekulturen, Stabilisatoren oder Emulgatoren. Trotzdem schmecken diese Industriebrote im Ergebnis aromatischer als das Kunstsauer-Brot, wie es in vielen kleinen Backstuben angerührt wird.

Doch weil nichts einfach ist am deutschen Brot, kann man sich auch darauf nicht verlassen. Auch die Großen verwenden Zusatzstoffe, wenn es sich am Ende rechnet und eine kürzere Gärung den vergleichsweise hohen Preis der Backmittel ausgleicht. Und wurde ein Brot oder Brötchen in einer Fabrik für den Transport tiefgefroren und in einem Backshop oder Supermarkt wieder aufgebacken, enthält es meist sowieso bestimmte Konservierungsstoffe und Stabilisatoren. Das bereits aufgeschnittene Tütenbrot sowieso.

Und gutes Handwerk schmeckt trotz allem am besten, zum Beispiel das pralle Vollkornbrot, das Stefan Richter uns mitgegeben hatte und das frischer und aromatischer war als alle anderen. Ein Geschmackswunder, das sich im Handumdrehen aber auch selbst vollbringen lässt, wenn man einen eigenen Sauerteig ansetzt und damit ein Brot backt. Dafür kann man seinen Gästen dann reinen Gewissens sagen: Nehmet, esset, das ist mein Laib.

GEGRILLTES BEEF!-BROT

Ein Brot aus Roggensauerteig mit Weizenvollkornmehl, das unseren Namen trägt, kann man natürlich auf dem Grill zubereitet. Man braucht nur einen Pizzastein.
→ Rezept Seite 147

WÜRZIGE SAUERTEIGBRÖTCHEN

Kleine Köstlichkeiten aus Roggensauerteig mit Dinkelvollkornmehl, die mit Fenchel, Kümmel und Koriander veredelt werden. Wir sehen uns Sonntagmorgen! → **Rezept Seite 148**

Von Mumien-Brot bis Hildegard Knet

Nein, wir nehmen Sie nicht aufs Korn. Diese sechs skurrilen Tatsachen über Sauerteig sind alle wahr!

Schwedens Sauerteig-Hotel. In Stockholm gibt es eine Bleibe für einsamen Teig. Wer in den Urlaub fliegt, kann seinen Sauerteig am Flughafen Arlanda bei einer Filiale der Bäckerei „RC Chocolat Café“ abgeben. Für etwa zehn Euro pro Woche behalten die Bäcker ihn im Blick und füttern ihn mit Biomehl und Wasser.

Das untote Mumien-Brot. 2019 belebte ein Team von nordamerikanischen Wissenschaftlern Hefezellen aus 4500 Jahre alten ägyptischen Tongefäßen wieder. Sie kultivierten sie in einem bereits gezogenen Sauerteig. Das Brot, das sie aus diesem Ansatz und alten Getreidesorten backten, habe eine überraschend „leichte und luftige Krume“ gehabt.

Brot von der Welt. Die einzige Sauerteig-Bibliothek der Welt befindet sich in St. Vith, einem Dorf in Belgien. Seit 2013 sammelten die Kuratoren über 125 Starterkulturen auf der ganzen Welt ein, unter anderem in Slowenien, Peru und Singapur. Die Teige lagern bei exakt 3,88 Grad in Kühlschränken. Alle zwei Monate werden sie mit den Original-Mehlsorten gefüttert.

Bread und Wheatney. Wer was auf sich (und seine Mikroben) hält, gibt seinem Sauerteig einen Namen. Wie wär’s denn mit „Bread Pitt“, „Wheatney Houston“, „Wolfgang Amadeus Brotzart“, „Tina Körner“ oder „Hildegard Knet“?

Austauschprogramm. Im Internet sind eine Reihe von Sauerteig-Tauschbörsen entstanden. Über sauerteigboerse.de kann man sich etwa private Sauerteig-Standorte in der Nähe des eigenen Wohnorts anzeigen lassen und die Nachbarn kontaktieren.

Teurer Spaß. Besondere Sauerteige aus privater Zucht werden längst auch zum Kauf angeboten. Der Starter einer Familie aus Wales, der über 900 Jahre alt sein soll, kostet beispielsweise 13,55 Euro. Wie alt der angebotene Teig allerdings wirklich ist, lässt sich wissenschaftlich nicht überprüfen.

KNACKIGES TOPFBROT

Germany's Next Topf-Model: Dieses knusprige Brot aus Roggensauerteig mit Weizenmehl wird in einer gusseisernen Kastenform mit Deckel in den Ofen geschoben. Zum Auskasten gut! ➜ **Rezept Seite 148**

IHR PERSÖNLICHER SAUERTEIG

Das ist doch mal ein Ansatz: In nur fünf Schritten legen Sie die Grundlage für viele, viele schmackhafte Brote

DAS GRUNDREZEPT: 60 g Roggenmehl sieben und in ein Glas geben. Dann 60 ml Wasser auf 30 Grad erwärmen, zum Mehl geben und glatt verrühren. Das Glas verschließen. Den Sauerteigansatz bei 26 bis 28 Grad 24 Stunden reifen lassen. Am besten Vollkornmehl verwenden, da an Schalen des Getreidekorns nötige Bakterien und Hefen sitzen, die für eine Spontangärung und -säuerung benötigt werden.

Erneut 60 g Roggenmehl sieben und 60 ml Wasser auf 30 Grad erwärmen. Das Mehl und Wasser nun unter den Ansatz rühren. Verschlossen bei 26 bis 28 Grad weitere 24 Stunden reifen lassen. Entsteht während der Säuerung Schimmel auf der Oberfläche (kann weiß, rot, gelb, blau, schwarz, grün sein!), stinkt die Masse oder riecht ungewöhnlich säuerlich, ist etwas schiefgelaufen. Masse entsorgen und nochmals starten

Gehen Sie doch mal unter die Sauerteig-Züchter! Die fünf beschriebenen Handgriffe sind denkbar einfach. Und nach nicht einmal einer Woche haben Sie die Ausgangsbasis für zahllose schmackhafte Brote und Brötchen. Denn das Beste: Mit der entsprechenden Zeit (und Geduld) können Sie immer wieder nachlegen – der Sauerteig geht Ihnen quasi nie wieder aus. Beachten Sie lediglich: Der reife Sauerteig gehört in den Kühlschrank. Die kühle Lagerung bremst das Bakterienwachstum und die Sauerteigkulturen gewinnen nicht gar so schnell die Oberhand. Je öfter Sie den Teig anfüttern und je mehr Luft Sie dabei einarbeiten, desto besser – dann bilden sich jedes Mal auch viele neue Hefekulturen. Im Kühlschrank schläft der Sauerteig ein. 24 Stunden vor dem Backen nehmen Sie die Hälfte ab, verrühren diese mit 100 g Mehl und 100 ml Wasser und lassen den Teig bei Raumtemperatur aufwachen. Hat er lange geschlafen, muss man ihn eventuell zwei oder drei Tage anfüttern. Er ist bereit, wenn ein Teelöffel Teig in warmem Wasser oben schwimmt. Und noch ein Wort zum Mehl: Sauerteige aus Roggenmehl entwickeln sich besonders schnell. Ansätze aus Weizenvollkornmehl ergeben aromatische, aber festere Brote, die weniger aufgehen. Starterkulturen mit gängigem Weizenmehl entwickeln hingegen milde Aromen, lassen das Brot aber bestens aufgehen, vor allem, wenn das Mehl viel Eiweiß enthält.

Wie Fernsehen an Weihnachten: nur Wiederholungen! Und auch Sie wiederholen den Vorgang von Tag 2. Extrem wichtig: Um Fehlkeime und -hefen zu vermeiden, alle Utensilien und das Glas gründlich mit kochendem Wasser spülen. Nur abtropfen lassen und lufttrocknen – selbst saubere Tücher und Hände enthalten Keime!

Sie wissen schon: The same procedure as every day, Miss Sophie! Also: den Vorgang von Tag 2 noch einmal wiederholen! Nach jeweils etwa zwölf Stunden Reifezeit sollte mit einem feinen Schneebesen Luft unter den Ansatz geschlagen werden, um den Gasaustausch der Mikroorganismen und Stoffwechselvorgänge anzuregen.

Gelungener Sauerteig ist hell-gräulich bis beige. Nach einiger Zeit kann sich eine gräuliche Flüssigkeit an der Oberfläche absetzen (Fuselalkohol, der bei der Gärung entsteht) – einfach wieder unterrühren. Riecht der Sauerteig jetzt leicht säuerlich, kann er direkt verwendet oder im Kühlschrank gelagert werden. Dort sollte er mindestens einmal die Woche wie unter Tag 2 beschrieben behandelt werden.
Na dann: Gut back!

Die Welt ist eine Brotscheibe! Wer ganz genau wissen will, was im Teig drin ist, macht ihn sich am besten einfach selbst

OLIVEN-CIABATTA

ZUTATEN FÜR 2 BROTE

VORTEIG 0,5 g frische Hefe (ein knapp erbsengroßes Stück), 330 g Weizenmehl (Type 550)

SAUERTEIG 110 g Weizenmehl (Type 550), 10 g Roggensauerteig (selbst angesetzt siehe Anleitung Seite 144 oder fertig gekaufter Bio-Sauerteig; z. B. vom Bäcker oder aus dem Tütchen)

HAUPTTEIG 660 g Weizenmehl (Type 550), 10 Knoblauchzehen, 250 g schwarze Oliven (ohne Stein), 8 g frische Hefe, 25 ml Olivenöl, 25 g Salz, etwas Mehl zum Bearbeiten

AUSSERDEM Back-/Pizzastein, flache feuerfeste Form, gegebenenfalls Teigschieber

1 Am Vortag für den Vorteig 330 ml Wasser auf etwa 30 Grad erwärmen, Hefe einrühren. Mehl nach und nach zugeben und zu einem Teig verrühren. Vorteig mit Frischhaltefolie bedeckt bei 20 – 26 Grad 12 bis maximal 20 Stunden reifen lassen.

2 Für den Sauerteig 110 ml Wasser auf etwa 40 Grad erwärmen. Mehl und Roggensauerteig einrühren. Sauerteigansatz zugedeckt bei 24 – 26 Grad etwa 8 – 10 Stunden reifen lassen.

3 Am Backtag 330 ml Wasser auf etwa 80 Grad erwärmen, mit 660 g Mehl und dem Vorteig verrühren. Zugedeckt bei 24 – 26 Grad etwa 45 Minuten ruhen lassen.

4 Knoblauch und Oliven grob hacken. 120 ml Wasser auf 30 Grad erwärmen, Hefe einrühren. Olivenöl und Salz zugeben. Mit dem Sauerteig und zuvor angerührtem Teig geschmeidig glatt verkneten. Knoblauch und Oliven kurz unterkneten.

5 Teig auf bemehlter Arbeitsfläche zugedeckt bei 26 – 28 Grad etwa 2:30 Stunden gehen lassen. Währenddessen Teig in den ersten 1:30 Stunden alle 30 Minuten dehnen und falten. Dafür am oberen Ende mit beiden Händen unter den Teig greifen, etwas nach oben ziehen und mittig auf das Teigstück falten. Jeweils gegenüberliegende Seiten ebenso über das Teigstück falten. In der letzten Stunde der Gehzeit den Teig dann nur ruhen lassen.

6 Backofen oder Grill inklusive Backstein auf 250 Grad vorheizen. Eine flache feuerfeste Form mit ca. 300 ml Wasser füllen und mit einstellen. Teig auf einer bemehlter Arbeitsfläche in 2 Portionen teilen. Sacht zu Rechtecken (ca. 30 x 15 cm) ausziehen und von den langen Seiten einmal überfalten, dabei enthaltene Gärgase nicht aus dem Teig drücken. Mit dem Schluss (Naht) nach unten, ggf. mit bemehltem Teigschieber, auf den heißen Stein setzen. Brote etwa 25 Minuten (im Grill geschlossen) kräftig backen.

7 Ciabatta auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN PLUS TEIGREIFE- UND WARTEZEIT MIND. 15:15 STUNDEN PLUS BACKZEIT 25 MINUTEN

BEEF!-BROT

ZUTATEN FÜR 1 BROT

WEIZENSAUERTEIG 60 g Weizenvollkornmehl, 20 g Roggensauerteig (selbst angesetzt siehe Anleitung Seite 144 oder fertig gekaufter flüssiger Bio-Sauerteig; z. B. vom Bäcker oder aus dem Tütchen)

HEFEVORTEIG 4 g frische Hefe, 200 g Weizenmehl (Type 1050)

HAUPTTEIG 10 g frische Hefe, 1 El Rapsöl, 20 g Salz, 170 g Weizenmehl (Type 1050), 350 g Weizenmehl (Type 550), 150 g Roggenmehl (Type 1150) plus etwas zum Bearbeiten

AUSSERDEM Back-/Pizzastein, flache feuerfeste Form, gegebenenfalls Teigschieber

1 Am Vortag für den Sauerteig 60 ml Wasser auf etwa 26 Grad erwärmen. Mit Mehl und Roggensauerteig verrühren. Zugedeckt bei 26 – 28 Grad etwa 12 Stunden reifen lassen.

2 Für den Hefevorteig 200 ml Wasser auf etwa 30 Grad erwärmen, in eine große Rührschüssel geben. Hefe einrühren, bis sie sich gelöst hat. Mit Mehl zu einem Teig verrühren. Zugedeckt bei 20 – 26 Grad etwa 12 Stunden gehen lassen.

3 Am Backtag für den Hauptteig 440 ml Wasser auf etwa 30 Grad erwärmen, Hefe einrühren, bis sie sich gelöst hat. Mit Rapsöl, Salz, Mehlen, Sauerteig und dem Hefevorteig in die Schüssel einer stabilen Küchenmaschine geben, 10 Minuten auf niedriger Stufe ankneten. Dann weitere 10 Minuten auf mittlerer Stufe kneten.

4 Den Teig zugedeckt bei Zimmertemperatur etwa 3 Stunden gehen lassen. Währenddessen Teig etwa alle 30 Minuten dehnen und falten. Dafür Teig sacht auf bemehlte Arbeitsfläche geben, am oberen Ende mit beiden Händen unter den Teig greifen, etwas nach oben ziehen und mittig auf das Teigstück falten. Jeweils gegenüberliegende Seiten ebenso über das Teigstück falten.

5 Teig dann auf bemehlter Arbeitsfläche rund formen und zugedeckt bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten ruhen lassen.

6 Backofen oder Grill inklusive Backstein auf 250 Grad vorheizen. Eine flache feuerfeste Form mit ca. 300 ml Wasser füllen und einstellen.

7 Brot ggf. mit bemehltem Teigschieber auf den heißen Stein setzen und etwa 10 Minuten (im Grill geschlossen!) anbacken. Die mit Wasser gefüllte Form entfernen. Temperatur auf 220 Grad reduzieren und das Brot etwa 50 Minuten fertig backen.

8 Brot auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN PLUS TEIGREIFE- UND WARTEZEIT CA. 15:00 STUNDEN PLUS BACKZEIT 1 STUNDE

SAUERTEIGBRÖTCHEN

ZUTATEN FÜR CA. 12 STÜCK

SAUERTEIGANSATZ **150 g Dinkelvollkornmehl, 40 g Roggensauerteig (selbst angesetzt siehe Anleitung Seite 144 oder flüssiger Bio-Sauerteig; z. B. vom Bäcker oder aus dem Tütchen)**

AUTOLYSETEIG **600 g Weizenvollkornmehl, 150 g Dinkelmehl (Type 630), 375 g Roggenvollkornmehl, 400 ml Bier (z. B. Pils)**

BROTGEWÜRZ **1 El Fenchelsaat, 1 El Kümmelsaat, 1 El Korianderkörner, 1 El Malzextraktpulver (etwa über my-bakery.de), grobes Meersalz**

HAUPTTEIG **1 g frische Hefe (etwa erbsengroßes Stück), ½ Tl brauner Zucker, 25 g grobes Meersalz, etwas Mehl zum Bearbeiten**

AUSSERDEM **Back-/Pizzastein, flache feuerfeste Schale**

1 Für den Sauerteigansatz 150 ml Wasser auf etwa 40 Grad erwärmen. Mit Dinkelmehl und Sauerteig gründlich vermischen. Zugedeckt bei etwa 26 Grad 3 – 4 Stunden reifen lassen.

2 Für den Autolyseteig (auch Nullteig genannt, besteht nur aus Mehl und Wasser bzw. Flüssigkeit) 400 ml Wasser auf 40 Grad erwärmen. Mit Weizenvollkorn-, Dinkel-, Roggenmehl und Bier zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Zimmertemperatur 2 Stunden ruhen lassen.

3 Für das Brotgewürz Fenchel, Kümmel und Koriander in einer Pfanne 5 Minuten anrösten. Gewürze etwas abkühlen lassen und mit Malzpulver und etwas Meersalz in einem Mörser zerstoßen.

4 Für den Hauptteig Hefe und Zucker flüssig verrühren. Mit Autolyse- und Sauerteig, Salz und Brotgewürz in einer stabilen Küchenmaschine auf mittlerer Stufe ca. 10 Minuten glatt kneten. Teig zugedeckt 4 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen.

5 Den Teig dann in der Schüssel mit Folie bedeckt etwa 12 Stunden (z. B. über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen.

6 Am Backtag Brötchenteig aus dem Kühlschrank nehmen, vorsichtig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und 12 gleich große Portionen abstechen. Teigportionen rund schleifen und zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.

7 Backofen oder Grill inklusive Backstein auf 250 Grad vorheizen. Eine flache feuerfeste Form mit ca. 300 ml Wasser füllen und einstellen.

8 Brötchen auf den heißen Stein setzen (ggf. in 2 Portionen). Etwa 10 Minuten anbacken (im Grill geschlossen!). Temperatur auf 210 Grad reduzieren. Brötchen weitere etwa 25 Minuten fertig backen. 10 Minuten vor Ende der Backzeit die mit Wasser gefüllte Form entfernen.

9 Brötchen auf ein Kuchengitter setzen und auskühlen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE PLUS TEIGREIFE- UND WARTEZEIT 20:30 STUNDEN PLUS BACKZEIT CA. 35 MINUTEN

TOPFBROT

ZUTATEN FÜR 1 BROT

1020 g Weizenmehl (Type 550) plus etwas Mehl zum Bearbeiten, 5 g frische Hefe, 100 g Roggensauerteig (selbst angesetzt siehe Anleitung Seite 144 oder fertig gekaufter flüssiger Bio-Sauerteig; z. B. vom Bäcker oder aus dem Tütchen), 25 g Salz

AUSSERDEM **Gärkorb (ca. 30 x 14 x 8 cm), gusseiserne Kastenform mit Deckel (ca. 34 x 13 x 13 cm; z. B. Petromax k4)**

1 20 g Mehl und 100 ml Wasser in einem kleinen Topf unter Rühren einmal aufkochen lassen. Entstandene Masse („Kochstück") in eine Schüssel geben und zugedeckt auskühlen lassen.

2 700 ml Wasser auf etwa 30 Grad erwärmen, die Hefe einrühren. Rest Mehl (1000 g) und Salz in der Rührschüssel einer stabilen Küchenmaschine mischen. Auf mittlerer Knetstufe Sauerteig, Kochstück und nach und nach das Hefewasser zugeben und alles etwa 10 Minuten geschmeidig glatt verkneten.

3 Teig zugedeckt bei etwa 24 – 28 Grad ca. 2 Stunden gehen lassen. Währenddessen das Teigstück etwa alle 30 Minuten dehnen und falten. Dafür Teig auf bemehlte Arbeitsfläche geben. Am oberen Ende mit beiden Händen unter den Teig greifen, etwas nach oben ziehen und mittig auf das Teigstück falten. Jeweils gegenüberliegende Seiten ebenso überfalten. Teig zurück in die Schüssel geben, zugedeckt weiter gehen lassen.

4 Den Gärkorb mit einem sauberen Geschirrtuch oder Brotleinen auslegen und großzügig mit Mehl bestäuben. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche nochmals dehnen und falten, dann mit der Naht nach unten in den Gärkorb geben. Mit Mehl bestäuben und mit Folie bedeckt im Kühlschrank etwa 16 – 18 Stunden (z. B. über Nacht) reifen lassen.

5 Am Backtag den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und etwa 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

6 Die Backform inklusive Deckel auf dem Gitterrost auf der 2. Schiene von unten in den kalten Backofen schieben. Backofen auf 250 Grad (Umluft nicht empfehlenswert) aufheizen und die Form mindestens 30 Minuten heiß werden lassen.

7 Form aus dem Backofen auf ein Gitter setzen. Den Teig aus dem Gärkorb vorsichtig direkt in die heiße Form stürzen. Form sofort schließen, wieder in den Backofen setzen und das Brot geschlossen etwa 1:20 Stunden backen.

8 Formdeckel abheben, Brot weitere 5 – 10 Minuten backen. Form aus dem Ofen nehmen, auf ein Gitter setzen und etwa 30 Minuten abkühlen. Dann das Brot aus der Form auf das Gitter stürzen und auskühlen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 45 MINUTEN PLUS TEIGREIFE- UND WARTEZEIT CA. 19 STUNDEN PLUS BACKZEIT 1:25 STUNDEN

FOTOS & STYLING: FLORIAN BONANNI; FOODSTYLING & REZEPTE: JAN SCHUMANN; PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL/ALLE BLUEBERRY FOOD STUDIOS FÜR BEEF!

Wir sehen Brot, so weit das Auge reicht. Mit dem eigenen Sauerteig gehen uns nie wieder Brötchen, Ciabatta, Topf- und BEEF!-Brot aus

WHISKEY DER NACHT

FOTO **MALTE JÄGER** TEXT **ADRIAN PICKSHAUS**

WÄHREND DER PROHIBITION WAR NORTH CAROLINA HOCHBURG DER SCHWARZBRENNER UND DES LEGENDÄREN „MOONSHINE“. UND DIE ENKEL DER SCHMUGGLER MACHEN IHN IMMER NOCH...

CALL FAMILY DISTILLERS **1**← Moonshine wird heute nicht mehr geschmuggelt, sondern voller Stolz verfrachtet **2**→ Brian Call verrührt Wasser, Mais und Hefe. Den Whiskey hat er im Blut: Sein Vater war ein legendärer Schwarzbrenner, der von 50 Polizeifahndern gejagt wurde

1 ←
2 ←
3 →
4 →

Manche japanische Farmer spielen ihren Rindern Beethoven vor. Die klassische Musik soll das sündhaft teure Fleisch der Wagyus noch zarter machen. In North Carolina spielt Leanne Powell ihren Whiskey-Fässern die Rolling Stones vor. „Das macht unseren Bourbon noch besser", sagt die blonde 51-Jährige, bevor kehliges Lachen unter ihrer Sonnenbrille emporsteigt. „Sympathy for the Devil" perlt aus den Boxen, Mick Jaggers Stimme tönt über die Flure, Zellen und Höfe des ehemaligen Cabarrus Correctional Centers. Powell, Eigentümerin der Southern Grace Distilleries, brennt Schnäpse in einem alten Gefängnis.

Wie passend. Denn der alte Knast steht nicht irgendwo. Er brütet in der Sommerhitze von Mount Pleasant vor sich hin, einem Städtchen tief im US-Bundesstaat North Carolina gelegen. Der nördlichste der amerikanischen Südstaaten war lange berühmt für eine besondere Spezialität: Moonshine, illegal gebrannter Schnaps. Powell brennt heute ganz legal dort, wo viele Schwarzbrenner ihre Strafe absaßen. „Der Geist der alten Meister klebt an diesen Mauern", sagt sie und lächelt.

Moonshine, dieser poetische Name, leitet sich vom Mondlicht ab: Die Spirituose wurde im Schutz der Nacht gebrannt, damit der aufsteigende Qualm unentdeckt blieb. Wegen des permanenten Katz-und-Maus-Spiels mit der Polizei konnten die Schwarzbrenner und Schmuggler, auch „Bootlegger" genannt, ihre Ware nie lange in Fässern lagern. Zu gefährlich. Der Stoff musste direkt nach der Herstellung in Einmachgläser gefüllt und ausgeliefert werden. Ein Fass aber schenkt dem Whiskey die Farbe. Deshalb ist Moonshine eine klare Sache.

Auch Leanne Powell hat Moonshine im Angebot: starker Stoff aus Mais, „Sun Dog" der Name, ein Hund mit Halstuch ziert das Etikett. Ihr Verkaufsschlager ist aber der Bourbon, „Conviction" heißt er, zu Deutsch „die Verurteilung". 600 Fässer haben Powell und ihre Mitstreiter davon im vergangenen Jahr abgefüllt, in ein Dutzend Bundesstaaten wird der bernsteinfarbene Sprit schon exportiert, diverse Preise hat er eingeheimst, unter anderem beim New Orleans Bourbon Festival. „Ich sehe unsere Brände auch als Hommage an den Erfindungsreichtum der Männer, die hier früher eingesperrt waren", sagt Powell. Die Häftlinge hätten aus altem Brot und Marmelade ihren eigenen „Prison Wine", Gefängniswein, hergestellt. „Wie genial!" 2001 schloss die Strafanstalt endgültig ihre Pforten, 2014 fingen hier die Kupferkessel der Destille an zu dampfen.

In den vergangenen Jahren hat North Carolina einen wahren Brenn-Boom erlebt, Destillerien schießen wie Pilze aus dem Boden. Rund 85 von ihnen brennen mittlerweile mit staatlicher Erlaubnis, nicht nur Moonshine und Bourbon, auch Wodka und Gin verlassen die kleinen Manufakturen. Der Nachbarstaat Kentucky, Heimat von Schnapsgiganten wie Jim Beam, bekommt ernsthaft Konkurrenz. Viele Brennereien verkaufen nur in lokalen Läden und eigenen Schankräumen, bieten Verkostungen und Führungen an. Touristen können sich ihre Route auf dem Moonshine Trail von North Carolina selbst zusammenstellen. Leonne Powells Knastbrennerei ist für viele Gäste ein Muss.

Bevor sie ihre Destille gründete, war Powell Stabschefin eines demokratischen Kongressabgeordneten in Washington. Von der Politik hatte sie irgendwann genug. „Ich wollte zurück in den Süden - und ein paar echte amerikanische Jobs schaffen." Die Gegend um Mount Pleasant hat es nicht leicht, viel Industrie ging verloren, die Arbeitslosigkeit ist hoch. „Zehn Vollzeitstellen und sechs Halbtagsjobs haben wir hier geboren", sagt Powell stolz. Ihr Unternehmen engagiere sich in der Gemeinde, unterstütze Umweltschützer, Veteranenvereine, die freiwillige Feuerwehr. Ob sie dennoch kritisch beäugt werde, als Frau, die Schnaps brenne? Powell lacht. „Ein paar alte weiße Männer werde ich wohl nie überzeugen können. Aber ich komme ja aus dem Süden, ich habe ein dickes Fell." Und Kritiker würden schnell verstummen, wenn sie einmal ihren Moonshine probierten.

2020 feierten die Brenner von North Carolina ein ganz besonderes Jubiläum: 100 Jahre Prohibition. Am 16. Januar 1920 trat ein Verfassungszusatz in Kraft, der es jedem Amerikaner verbot, Alkohol herzustellen, zu transportieren oder zu verkaufen. Das „ehrenhafte Experiment", wie es von tugendhaften Befürwortern getauft wurde, hielt bis 1933 an. Dann wurde es von Präsident Franklin D. Roosevelt kassiert. Die Prohibition hat in den 13 Jahren ihrer Dauer nicht nur skrupellose Gangster wie Al Capone steinreich gemacht. Sie trieb auch die Schwarzbrenner von North Carolina zu Höchstleistungen an.

Todd Johnson, ein trainierter Mittfünfziger in weißem Polo und beigefarbener Chino-Hose, ist Direktor am Johnston County Heritage Center. Als Historiker beschäftigt er sich mit der Geschichte des Moonshine. „Während der Prohibition waren sechs von zehn Familien hier in den Schwarzhandel verstrickt", erzählt er, während sein Zeigefinger über alte Fotografien wandert. Brennkessel auf Waldlichtungen, Fässer und Bottiche in matschigen Gruben, darin Männer mit ernsten Gesichtszügen. Die Menschen am Fuß der Appalachen seien Einwanderer aus Schottland und Irland gewesen, die der wilden Natur ein karges Leben abgetrotzt hätten. Ihre Heimatländer mussten sie oft wegen zu hoher Steuern verlassen, weiß Johnson. »

BRIAN CALL: MOONSHINE NACH FAMILIENTRADITION

1← Dem Moonshine gehört sein Herz. Aber Call produziert auch Kirsch- und Erdbeerschnaps – „für die Frauen", brummt er schnell **2**← Hoch über dem „Bootlegger Highway", der Straße der Schwarzbrenner **3**→ Auch Benzin hat Brian Call im Blut: Der Vater besaß einst einen Wagenpark von 20 Schmuggelautos, drei davon hat der Sohn restauriert **4**→ Den „Uncatchable"-Moonshine taufte Call nach dem Vater. Der tunte seine Autos auf 200 PS und fuhr so den Cops davon – einfach nicht zu fassen!

„Sie hassten ihre alten Könige und misstrauten staatlicher Bevormundung. Und sie wussten genau, wie man guten Whiskey brennt."

Hunderte Brennereien habe es damals alleine in Johnston County gegeben. „Die Krämerläden in der Gegend hier hatten auffällig viel Einmachgläser und Zucker auf Lager", sagt Johnson und lacht. Der süße Rohstoff ist eine wichtige Zutat beim Brennprozess. North Carolina ist Teil des Bible Belt, des besonders gläubigen Bibelgürtels der südlichen USA. Wer die Interstate 95 entlangbrettert, der sieht Freikirchen am Straßenrand, den fragen riesige Billboards: „Wo willst Du hin: in den Himmel oder in die Hölle?"

Noch heute gibt es im Bundesstaat diverse sogenannte „dry counties", also trockene Bezirke, die extrem strenge Alkoholgesetze haben. Wie passt das zusammen? „Der amerikanische Süden steckt voller Widersprüche", sagt Historiker Johnson und lächelt. „Das macht ihn ja so spannend."

Geschäft mit dem Moonshine ist Familiensache. Das zeigt die Geschichte von Brian Call, 47, der im Städtchen Wilkesboro zusammen mit seiner Frau Laura, 45, die Call Family Distillers führt. Der wuchtige Mann mit der Trucker Cap kann die Brenntradition seiner Verwandten sieben Generationen zurückverfolgen. Im Büro seiner Destille legt er dem Reporter Dokumente vor: handgeschriebene Papiere aus dem Stadtarchiv von Lynchburg, Tennessee. „Der Großonkel meines Großvaters, Reverend Daniel Huston Call, brannte Whiskey dort. 1875 überließ er seine Destille keinem geringeren als ...", Call deutet auf das vergilbte Schriftstück, „... Jack Daniels!" Und in der Tat: da steht er, schwarz auf weiß, der Name des Gründervaters der wohl berühmtesten Whiskey-Marke der Welt. Reverend Dan habe sich um den jungen Jack gekümmert, sei fast eine Art Ersatzvater gewesen, habe ihm das Brennen überhaupt erst beigebracht, erzählt Call begeistert. Aber davon steht natürlich nichts in den Dokumenten.

Call führt durch die Destille. Er hat 20 Jahre lang beim Bierriesen Budweiser gearbeitet, kennt das Big Business aus erster Hand. Vor zehn Jahren stieg er aus und setzte mit seinen Ersparnissen alles auf eine Karte - die Call Family Distillers wurden geboren. „Organisches Wachstum war unser Ziel", sagt er, „heute verlassen mehrere Tausend Flaschen pro Jahr die Brennerei." Kleine Menge, höchste Qualität. Klarer Moonshine sowie süßer Whiskey mit Apfel-Zimt-Infusion sind die Bestseller. Auch Erdbeer- und Kirschschnaps werden verkauft. „Für die Frauen", brummt Call. In der Produktionshalle liegt ein Summen in der Luft. Kupferkessel, Bottiche und Eichenfässer prägen die Szenerie. Call greift nach einem langen Holzschieber und rührt damit in einem offenen Tank. Langsame, kreisende Bewegungen. Call wirkt wie ein Samurai, der sein Schwert führt. Konzentriert, ganz bei sich. Das Summen wird jetzt lauter. „Hörst du die Hefe blubbern?", fragt Call. „Jetzt wird aus Zucker Alkohol!" Kindliche Freude schleicht in sein Gesicht.

Moonshine wird aus Mais gemacht, in den USA ist das Getreide die Basis fast aller Whiskeys. Der Mais wird getrocknet, geschrotet und dann mit heißem Wasser vermengt. Die so gewonnene Maische wird mit Hefe vermengt und beginnt zu gären. Dann geht es in die Destille: In einem Kupferkessel wird die Flüssigkeit erhitzt. Der Alkohol steigt als Dampf empor. Aufgefangen wird er in Kupferspiralen, er kondensiert - und tropft als Destillat in eine Kanne. Wiederholt der Brennmeister diesen Prozess, wird der Tropfen immer feiner, reiner, weicher und milder.

Die Herstellung unterscheidet sich demnach nicht von Whiskey. Doch die Geschmacksuniversen, die etwa bei Spitzen-Bourbons durch jahrelange Lagerung in Eichenfässern entstehen, bleiben dem Moonshine verschlossen. Stattdessen drängen am Gaumen die Getreidenoten von Mais, Roggen und Gerste nach vorne. Hinzu kommen oft leicht süßliche Aromen, die etwa Erinnerungen an Haselnussbrand wecken können. Guter Moonshine kratzt nicht, er fließt sanft durch durstige Kehlen, bis seine gut 50 Prozent Alkohol wohlige Wärme abgeben.

Calls Moonshine kommt stilecht im Einmachglas daher und ist nach seinem verstorbenen Vater benannt: „The Uncatchable", der Mann, der nicht zu schnappen ist. Woher hat dein Vater diesen Spitznamen, Brian? „Nun ja. Er konnte eben gut mit Autos." Willie Clay Call ist eine Legende, einer der bekanntesten Schwarzbrenner und Schmuggler der US-Geschichte. Seinem Schaffen ist es zu verdanken, dass sich Wilkesboro heute stolz „Moonshine-Hauptstadt der Welt" nennt. „Zu seinen Hochzeiten waren rund 50 Fahnder hinter ihm her", sagt Sohn Brian. „Gefangen haben sie ihn nie." Jedenfalls nicht auf der Straße. Denn Willie Clay war ein genialer Tüftler, der seine Schmugglerautos zu PS-Monstern aufrüstete, die den schwerfälligen Kutschen der Bundesbehörden einfach davonfuhren. „Da wurde schon mal der 200-PS-Motor eines Krankenwagens in einen alten Ford montiert", erzählt Brian voller Ehrfurcht. „Mein Vater hatte zeitweise 20 Straßenkreuzer auf unserer Farm herumstehen."

Die Tuning-Expertise der Schwarzbrenner hat tiefe Spuren in der amerikanischen Geschichte hinterlassen. Denn viele Fahrer aus der Schmuggelszene fuhren tagsüber legale Rennen. Autoren wie Alex Gabbard („Return to Thunder Road") sind sich deshalb sicher, dass die US-Rennsportliga NASCAR ohne die »

COPPER BARREL DISTILLERY

1 → Neben ihren preisgekrönten Bourbons hat sich die Destillerie in Wilkes County natürlich auch dem Moonshine verschrieben. Dafür wird geschroteter Mais mit heißem Wasser vermengt, dank Gärhefe fermentiert und dann destilliert. Weil er nicht im Fass reift und dessen Aromen annimmt, schmeckt der Mais viel stärker durch und auch süßliche Noten sind viel dominanter

SOUTHERN GRACE DISTILLERIES
1→ Leanne Powell sammelt für ihre Bourbons Auszeichnungen und brennt Moonshine – ganz stilecht in einem ehemaligen Gefängnis **2**→ Im Bibelgürtel von North Carolina müssen Heiliger Geist und geistige Getränke kein Widerspruch sein **3**→ Die Türen des Zellenblocks West lässt Leanne Powell geöffnet – bislang wollte noch kein Fass ausbrechen

Bootlegger nie gegründet worden wäre. Männer wie Junior Johnson, der in den 1950er- und 1960er-Jahren 50 Rennen gewann, waren wegen Schnapsschmuggels vorbestraft. Aber auf dem steilen Rundkurs der Daytona 500 wurden sie zu amerikanischen Helden.

Brian Call hat drei der Autos seines Vaters restauriert. Besonders beeindruckend ist der Ford Opera Coupe Deluxe, nachtschwarz, 90 PS, Baujahr 1940. Ein Wagen wie aus einem alten Gangsterfilm. Call lädt eine Kiste „Uncatchable“ in den Kofferraum, steigt ein und startet den Motor. Der Wagen röchelt, als hätte er Husten. Call fährt den früheren „Bootlegger Highway“ entlang, der sich quer durch Wilkes County zieht. Kleine Farmen links und rechts. In der Ferne leuchten die Höhenzüge der Appalachen im Abendlicht. „Die Menschen haben nicht viel hier“, sagt Call. „Aber sie sind hart im Nehmen.“ Vor der alten Rennstrecke, dem North Wilkesboro Speedway, stillgelegt im Jahr 1996, hält er kurz an. Ein alter Mann öffnet das rostige Tor. Dann rollt der 80 Jahre alte Ford auf die Rennstrecke. Brian lächelt, tritt auf das Gaspedal, die Einmachgläser im Kofferraum klirren ihr Lied. Wer Moonshine im Glas hat, trinkt flüssige Geschichte. B!

MONDSÜCHTIG GEWORDEN?
Noch ist es den Moonshine-Brennern der Southern Grace Distilleries und der Call Family Distillers nicht gelungen, ihren Stoff über die US-Grenzen bis nach Europa zu schmuggeln. Doch wer einmal in den USA ist kann sie gerne besuchen. Infos und Kontakt:
→ **southerngracedistilleries.com**
→ **callfamilydistillers.com**
Aber natürlich kann man in Deutschland trotzdem Moonshine kaufen, gebrannt nach traditioneller Art und originalgetreu abgefüllt im Glas.
Diese Dealer sind besonders breit aufgestellt.
→ **urban-drinks.de** → **odonnell.de**

FOTOS: MALTE JÄGER

GESCHMACKSPROBE

3 x NUR 25,– €*

ZUM PREIS VON 2!

3 AUSGABEN BEEF! TESTEN UND NUR 2 BEZAHLEN.
JETZT PORTOFREI BESTELLEN UNTER:

WWW.BEEF.DE/PROBIEREN

ODER TELEFONISCH UNTER 040/55 55 78 00, BESTELLNUMMER: 183 9178

*3 Ausgaben BEEF! für zzt. nur 25,– € statt 37,50 €. Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht. Zahlungsziel: 14 Tage nach Rechnungserhalt. Alle Preisangaben inkl. MwSt. und Versand. Anbieter des Abonnements ist Gruner + Jahr Deutschland GmbH. Belieferung, Betreuung und Abrechnung erfolgen durch DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH als leistenden Unternehmer.

GENIAL HOCH DREI!

Die Formel für perfekte Spareribs: 3 Stunden Räuchern, 2 Stunden dämpfen und 1 Stunde glasieren. Nach insgesamt 6 Stunden wartet dann unendlicher Genuss!

FOTOS **ANDREAS REIMANN** FOOD **TORSTEN SCHMIDT**

Aller guten Dinge für alle guten Rippchen sind drei: Räuchern, Dämpfen und Glasieren. Die ursprünglich aus den USA, dem Heimatland der perfekten Ribs, stammende 3-2-1-Methode gibt dabei die Stundenzahl vor, die man sich für die einzelnen Phasen nehmen sollte. Wer hier bis drei zählen kann, ist deutlich im Vorteil. Der insgesamt sechsstündige Dreisprung zum Hochgenuss gestaltet sich folgendermaßen:

PHASE 1: **3 STUNDEN RÄUCHERN**

Am besten Spareribs im St. Louis Cut, Bauchrippen ohne Knorpelenden, beim Metzger des Vertrauens einkaufen. Aber auch klassische Spareribs, Schälrippen, oder Baby Back Ribs und Kotelettrippen eignen sich für den 3-2-1-Countdown. Und so machen Sie sich startbereit: Zuerst die Silberhaut entfernen und das »

3–2–1–Methode

Wir legen noch eine Rippe drauf – und zwar auf den Grill. Dort bleibt sie drei Stunden. Anschließend wird sie gedämpft und glasiert

Fleisch nach Knochensplittern absuchen, die beim Zuschneiden entstehen können. Die Ribs mit einem trockenen BBQ-Rub würzen. Öl ist nicht nötig, der Rub haftet auch so am feuchten Fleisch. Erst die Knochenseite einreiben und 30 Minuten ziehen lassen, dann die Fleischseite rubben und wieder eine halbe Stunde warten - mindestens. Besser noch, man legt alles über Nacht in den Kühlschrank.
Für die 3-2-1-Methode kommt im Grunde jeder Grill infrage - Holzkohle, Gas oder Smoker - Hauptsache das Teil hat einen Deckel. Die Rippchen bitte auf keinen Fall vorkochen! Heißes Wasser entzieht nur Fett und damit Geschmack. Für Raucharomen sorgt passendes Räucherholz. Dabei zu sortenreinen Naturprodukten aus nachhaltiger Forstwirtschaft greifen! Die Chunks können ungewässert auf die glühenden Kohlen gegeben werden. Hickory und Buche oder Obsthölzer wie Apfel oder Kirsche garantieren unaufdringliche Aromen. Und noch ein heißer Tipp: Kokos-Briketts sorgen für lang anhaltende Hitze. Da die Ribs nach Auflegen drei Stunden lang indirekte, schwache Hitze um 120 Grad benötigen, sind sie eine ideale Wahl. Und: Rauch ab!

PHASE 2: **2 STUNDEN DÄMPFEN**

Die Rippchen werden mit Flüssigkeit, beispielsweise Wasser, Bier, Apfelsaft oder auch Wein, in Pergament und dann in feste Alufolie gewickelt und dämpfen zwei Stunden vor sich hin. Fest verschließen, sodass kein Dampf entweicht. Dieser Vorgang nennt sich „Texas crutch" oder auch „Texas-Krücke". Die kompakten Fleischpakete kommen bei 120 Grad zurück in den Grill - für zwei Stunden. Beim anschließenden Auspacken bitte aufpassen: Der aufsteigende Dampf ist sehr heiß! Die Rippen sind jetzt butterweich. Und nun auf zum großen Finale!

PHASE 3: **1 STUNDE GLASIEREN**

Der Lack muss drauf! Die Ribs wandern jetzt aus der Folie zurück in den indirekten Bereich des Grills. Mit einem Silikonpinsel wird das Fleisch gleichmäßig mit reichlich BBQ-Sauce nach Wahl bestrichen. Wärmt man die Glasur im Grill zuvor auf, lässt sie sich leichter auftragen. Fügt man dem Lack Ahornsirup im Verhältnis 80:20 hinzu, bekommen die Rippchen einen verführerischen Glanz. Nach 30 Minuten kann das Glasieren wiederholt werden. Soll der Lack kräftiger karamellisieren, darf die Temperatur auf 150 Grad erhöht werden. Ansonsten bleibt sie während der gesamten Phase 3 bei 120 Grad. Nach einer Stunde warten dann unbeschreiblich mürbe Rippchen darauf, verspeist zu werden. Unter der knusprigen, glänzenden Oberfläche verbirgt sich köstliches, zartes und saftiges Fleisch mit delikaten Raucharomen. 3, 2, 1, rein damit!

1

3-2-1-Ribs

ZUTATEN FÜR 4 - 5 PORTIONEN

RIBS
3 Stück St. Louis Cut Ribs (à ca. 1 kg; z. B. vom Ibérico-Schwein),
300 ml trockener Cidre, etwas Pflanzenöl für den Rost

RUB
2 El schwarze Pfefferkörner, 4 El geschälte gelbe Senfsaat,
3 El Salz, 2 El geräuchertes Paprikapulver,
1 El granuliertes Knoblauchpulver, ¼ El Muskat (frisch gerieben),
½ El gemahlener Zimt, 3 El brauner Zucker

LACK
2 El Sojasauce, 1 El Senf, 5 El Pflaumenmus,
3 El BBQ-Sauce, 3 El Malzbier

AUISSERDEM
Vakuumbeutel und Vakuumierer (alternativ Frischhaltefolie),
2 – 5 Handvoll Räucherchunks (je nach Geschmack),
Butcher Paper/Backpapier, extrastarke Alufolie

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 25 MINUTEN
PLUS WARTEZEIT 12 STUNDEN UND GARZEIT 6 STUNDEN

2

3

1+2 – Am Vortag auf der Knochenseite aufliegende Silberhaut abziehen. Pfeffer und Senf anrösten und grob mörsern. Mit Salz, Paprika-, Knoblauchpulver, Muskat, Zimt und Zucker vermengen. Rub ins Fleisch massieren. Fleisch vakuumieren oder mit Frischhaltefolie fest umwickeln. Gekühlt über Nacht ziehen lassen.

3 – Fleisch etwa 1 Stunde vor der Zubereitung auf Zimmertemperatur temperieren. Räucherchunks einweichen. Grill für indirektes Garen auf etwa 120 Grad vorheizen. Räucherchunks abtropfen. Räucherchunks in die Glut bzw. Sidefirebox streuen.

4 – Ribs auswickeln, auf den Grill legen und indirekt geschlossen 3 Stunden bei gleichmäßiger Temperatur und leichter Rauchentwicklung garen. Gegebenenfalls Kohle und Räucherchunks nachlegen.

5 – Währenddessen aus 2 Lagen Butcher Paper/Backpapier eine Art Garschale für die Ribs falten. Nach 3 Stunden die Ribs darauf platzieren und Cidre so angießen, dass der Rub nicht vom Fleisch abgespült wird. Papier der Garschale auslaufsicher zusammenfalten und alles mit Alufolie umwickeln und verschließen. Ribs so weitere 2 Stunden bei konstanter Temperatur indirekt geschlossen garen.

4

5

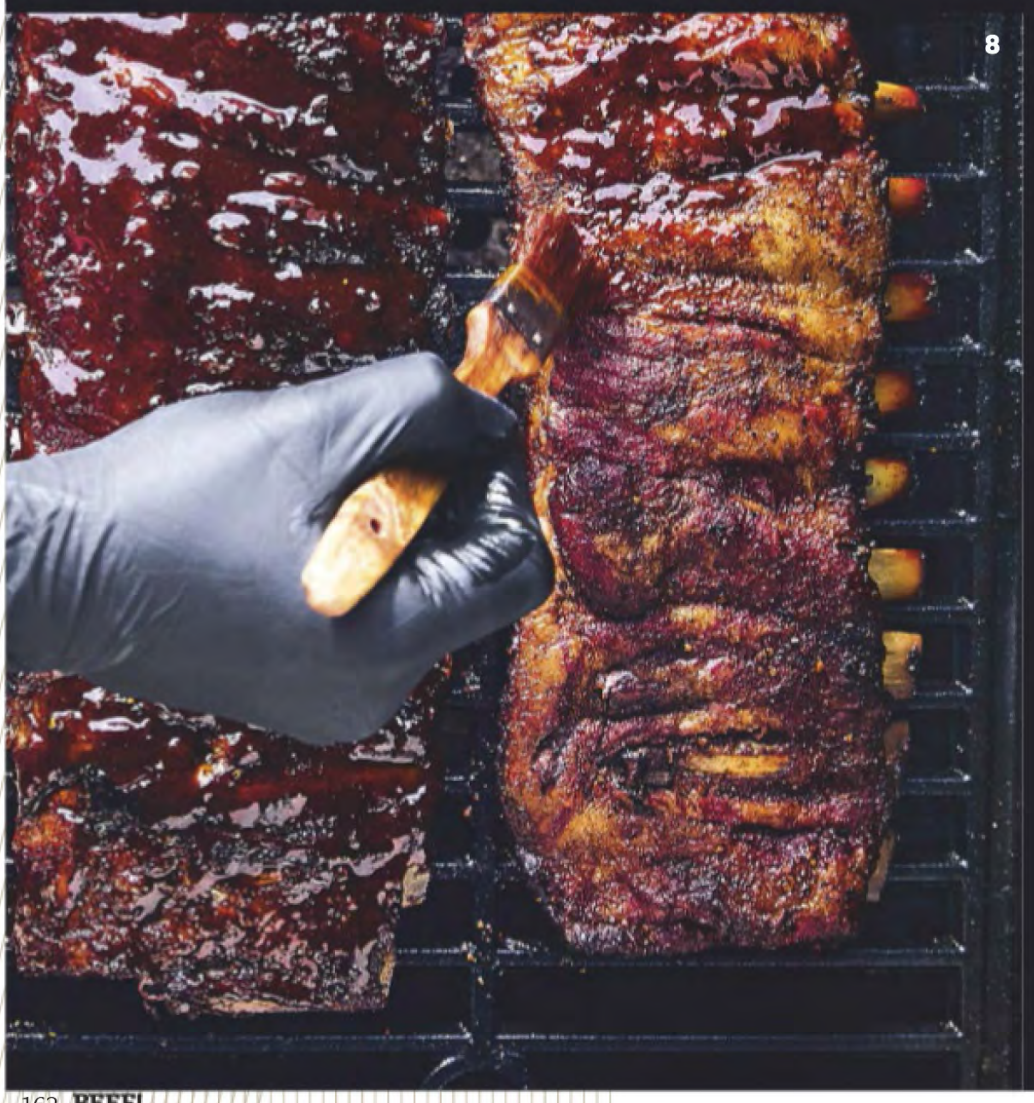
6

7

6 – Nach den weiteren 2 Stunden Garzeit die nun bereits weich gegarten Ribs sacht aus der Garschale heben und im indirekten Bereich wieder auf den dünn mit Öl bepinselten Rost legen. Vorsichtig arbeiten, damit der Fleischstrang nicht zerfällt!

7 – Für den Lack Sojasauce, Senf, Pflaumenmus, BBQ-Sauce und Malzbier in eine kleine Schüssel geben und mit einem feinen Schneebesen glatt verrühren.

8 – Die Ribs für die anschließende Endphase des Garens mit dem vorbereiteten Lack möglichst großzügig rundum bepinseln. Das Fleisch für eine weitere Stunde indirekt geschlossen bei weiterhin 120 Grad fertig garen, bis der Lack leicht karamellisiert ist und das butterweiche Fleisch herrlich würzig klebrig umschließt. In der verbleibenden Garzeit das Fleisch öfter mit dem Lack bestreichen, bis dieser ganz verbraucht ist. Nach Belieben währenddessen Beilagen für die Ribs zubereiten. Lecker dazu sind etwa Farmersalat, karamellisierte Zwiebelringe und Pflaumen (Rezepte siehe Kasten unten). Zum Servieren Ribs sehr vorsichtig vom Rost heben, in Portionen teilen und anrichten.



8

Beilagen

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Farmersalat –
2 Möhren, 300 g Knollensellerie, 300 g Weißkohl und 2 säuerliche Äpfel putzen bzw. schälen, in feine Streifen schneiden. Mit Saft von 1 Zitrone, 3 – 4 El Olivenöl, 200 g Naturjoghurt, etwas Salz, Pfeffer (frisch gemahlen) und 1 Prise Zucker vermengen, abschmecken und etwas ziehen lassen. Nach Belieben mit ein wenig frischem Koriander anrichten.

Karamellisierte Zwiebeln und Pflaumen –
Etwa 5 Zwiebeln in Ringe schneiden. Etwas Olivenöl in einer grillgeeigneten Pfanne oder Plancha auf dem Grill mit erhitzen. Zwiebelringe darin sacht braten, bis sie glasig werden und goldbraun karamellisieren. Würzen, dann warm halten. 8 Sommerpflaumen waschen, trocken reiben, halbieren und entsteinen. Nochmals etwas Öl in der Pfanne erhitzen, die Pflaumen darin sacht karamellisieren.

Schwein muss man haben! Herrlich mürbe Rippchen vom Ibérico – mit Farmersalat und karamellisierten Pflaumen wird das Glück perfekt

FOTOS: ANDREAS REIMANN/747 STUDIOS; REZEPT & FOODSTYLING: TORSTEN SCHMIDT; PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL/ALLE FÜR BEEF!

BEEF!-SOMMERHITS

Wir pfeifen auf den Kontostand und singen sommerliche Lieder, während wir unsere neuen Prunkstücke aus dem BEEF!-Shop ausprobieren. **beef.de/shop**

IMMER WIEDER GEHT DIE SCHRANKTÜR AUF

(gesungen zur Melodie von Udo Jürgens' „Immer wieder geht die Sonne auf")

Mehr reift nicht: Der DRY AGER DX 1000 Premium S hat ein Volumen von 100 Kilo und fasst auch die größten Fleischteile. Sein Gehänge aus Edelstahl ist inklusive!
Wer es kompakter mag: In den DRY AGER DX 500 Premium S passen bis zu 20 Kilo Fleisch, Fisch, Wurst oder Käse. Und das Beste: Beide haben eine zweijährige Vollgarantie!

Infos und Preise zum DX 500 Premium S und DX 1000 Premium S: landig.com/beef

FILETTO DE LA NOCHE

(getanzt zum Groove von Lorcas „Ritmo de la Noche“)

Mit der Steak-Tasting-Box von Otto Gourmet und BEEF! grillen Sie sich durch die edelsten Cuts der besten Rassen: superzarte Flat Iron Steaks von australischen Wagyus, irischen Herefords und amerikanischen Rindern. Obendrauf gibt’s Pink Salt Flakes und ein Booklet mit Grilltipps.

BEEF!-Steak-Tasting-Box,
Preis: 79 Euro,
otto-gourmet.de/bbq-steaktasting-paket.html

TAG AM GRILL

(geträllert zur Melodie von „Tag am Meer“ der Fantastischen Vier)

Wie grillt man das perfekte Steak? Und worin unterscheidet sich der Geschmack von Wet Aged und Dry Aged Rib Eye? Die Kurse von Weber sind ein Mix aus Workshop und Tasting: In Gruppen von bis zu 25 Teilnehmern wird jede Menge Fachwissen vermittelt und dabei immer wieder gekostet und genossen. Ein großes Vergnügen für Bauch und Kopf!

Der Grillkurs „BEEF! Special – Das perfekte Steak“ in einer Weber Grill Academy in Ihrer Nähe kostet 169 Euro. Anmeldung und weitere Kurse über: weber.com/de/de/beefgrillkurs

LIKE HEISS IN THE SUNSHINE

(gesummt zur Melodie von „Like Ice in the Sunshine“ von den No Angels)

Der „Block D“ von Flammkraft ist nicht einfach nur schwarz, er ist „elfenbeinschwarz“. Beim massiven Hochleistungsgasgrill (bis 900 Grad) aus Münster ist alles ein bisschen edler: von den hochwertigen Materialien der drei Keramikbrenner bis hin zu den Gussrosten, ein vielfach prämiertes, schnörkelloses Design.

Mehr Infos und Preis unter flammkraft.com

FOTOS: HERSTELLER (4)

IT'S ALL OFEN NOW!

(geröhrt zur Melodie von „It's All Over Now" der Rolling Stones)

Es gibt tatsächlich Momente, da sollte man nicht draußen grillen – etwa wenn ein Tornado durch den Garten tobt. Gut, wenn man dann den Teka Steakmaster in der Küche hat: Denn mit diesem Ofen kann man nicht nur schmoren und backen, sondern auch Fleisch brutzeln wie auf dem Rost. Die Steak-Grill-Technologie sorgt bei 700 Grad innerhalb von Minuten für die perfekte Kruste, ein vorprogrammierter Kochassistent für den punktgenauen Gargrad und eine 4-Scheiben-Verglasung dafür, dass die Hitze im Ofen bleibt (siehe auch Test ab Seite 100). Und obendrauf gibt's zum Teka Steakmaster in der BEEF!-Edition noch unsere Profi-Box mit Kochschürze, Grillzange u. v. m. – der Tornado kann kommen!

Teka Steakmaster,
Preis: 999 Euro,
über teka.com/de

EMPFOHLEN VON
BEEF!
MÄNNER KOCHEN ANDERS

PACK DIE BADE-BEUTEL EIN

(geschmettert zur Melodie von Conny Froboess' „Pack die Badehose ein")

Garen wie ein echter Profi: Mit dem Vakuumierer V.300 Black und dem Sous-vide-Stick LX.20 von BEEF! und Lava bereiten Sie Ihrem Grillgut ein aromaschonendes Wasserbad, aus dem es superzart wieder auftauchen wird.

Preis Vakuumierer: 499 Euro
Preis BEEF!-Sous-vide-Set inklusive Stick LX.20, 2-l-Becken mit Deckel, Beutelhalter und Isolationshülle für einen geringeren Stromverbrauch: 179 Euro, landig.com/beef

FOTOS: HERSTELLER (3)

Die lauteste Meinung hat häufig nicht die leiseste Ahnung.

BEREIT FÜR NEUES DENKEN.

Mehr erfahren und testen unter
handelsblatt.com/neuesdenken

Handelsblatt

Substanz entscheidet.

DIE LESER-E-MAIL DES MONATS

Die Ausgabe 02/22 hat es tatsächlich geschafft, mich, nach langer Zeit mal wieder, von der ersten bis zur vorletzten Seite komplett zu fesseln. Vor allem der Artikel über die Wurst-Weltreise hat es mir angetan, da ich seit einiger Zeit selbst Würste herstelle und immer auf der Suche nach Inspiration bin. Die Schweizer Variante wird demnächst selbst abgedreht und kommt direkt im Anschluss auf die Glut. Nun noch ein kleiner Kritikpunkt: Die Er/Sie-Geschichte ist leider eine der schwächsten in der Geschichte von BEEF! Welcher Mann, der sein Gehacktes selbst durchdreht, würde Kräuter und Chili an seine Bolognese machen?! Ansonsten aber: Macht weiter so!

Sascha Lohmann, treuer Leser der ersten Stunde

↔ Lieber Herr Lohmann, klare Sache: WIR sind die Typen, die Kräuter und Chili an ihre selbst durchgedrehte Bolognese machen. Ihre liebsten Hackfressen von BEEF!
→ Schreiben Sie an BEEF@guj.de

DIE REZEPTE ALLER MONATE

Wie war das doch noch mal mit dem Bison-Tomahawk und dem Gewürz-Rub? Schauen Sie einfach schnell nach: Im BEEF!-Rezeptverzeichnis finden Sie sämtliche Anleitungen aus über zehn Jahren. Schnell den QR-Code oben scannen (oder auf beef.de gehen) und unseren Index als PDF herunterladen, natürlich gratis! Und dann loskochen und reinhauen! Viel Spaß dabei!

DIE FRAGE DES MONATS

Was grillen Sie im Winter denn so?

↔ An dieser Stelle möchten wir gern wissen, was in Ihrem Kopf vorgeht. Deshalb stellen wir in jedem Heft eine neue Frage. Die besten, lustigsten oder originellsten Antworten werden wir veröffentlichen. Hauen Sie in die Tasten! Wir sind gespannt.
→ Antworten an BEEF@guj.de

↔ Im letzten Heft fragten wir Sie nach Ihren besten BBQ-Tipps. Besonders clever fanden wir den Trick von Klaus Mayer aus Berlin: *„Eingefrorene Steaks taue ich nie auf. Die werden doch nur zäh! Das Fleisch besser direkt aus dem Eisfach in die Pfanne, anderthalb Minuten von jeder Seite anbraten und dann noch für ca. 20 Minuten in den 200 Grad heißen Ofen – zum Nachgaren. Wird lecker!“*

FOTO: TOBIAS PANKRATH; FOOD: JAN SCHÜMANN/BEIDE BLUEBERRY FOOD STUDIOS FÜR BEEF!

DAS SPIEL IST NIE AUS.

kicker

WEB | APP | PRINT | SOCIAL | PODCAST | SHOP

AB JETZT IM HANDEL!

Gleich bestellen!
Telefon +49 (0)911 216-2222
E-Mail: kicker@kicker-onlineshop.de
www.kicker.de/bundesliga-sonderheft
Dein Händler in der Nähe:
www.mykiosk.com

FOTO: NORBERT SCHMIDT

SO KOCHEN FRAUEN. SO MÄNNER.

Wo wird am deutlichsten, wie sehr sich die Geschlechter unterscheiden? In der Küche.

Heute: Gastro-Konzepte

ER will es noch mal wissen in seinem Leben und einen gastronomischen Betrieb gründen.
Genauer: ein Edel-Steakhaus, Schwerpunkt Fleisch aus der Region.
Wendet sich an seine Bank, vereinbart ein Beratungsgespräch für einen Gründerkredit, flirtet wie verrückt mit der Finanzberaterin und bekommt 30 000 Euro Startkapital.
Außerdem ihre Telefonnummer, inklusive Zahlendreher.
Sucht eine geeignete Immobilie.
Genauer: 1200 Quadratmeter im Frankfurter Bankenviertel bis 8000 Euro Monatsmiete.
Findet nichts.
Sucht bei E-Bay-Kleinanzeigen nach einer kompletten Küchenausstattung aus der Konkursmasse eines alten Steakhauses.
Genauer: Induktionskochfelder, Wärmeschränke, Fleischwölfe, Salattheken, Gewerbekühlschränke, Besteckpoliermaschine, Hackklötze …
Findet nichts.
Liest in einem Branchendienst, dass Steakhausketten in Deutschland immer erfolgreicher werden und es die Individualgastronomie immer schwerer hat.
Beschließt noch mal neu über das Konzept nachzudenken, und zwar während einer Woche Urlaub auf den Kanaren.
Lernt am ersten Abend an der Strandbar des Hotels eine Frau kennen, die in dem Buch „Das Café-ABC: achtsam, biologisch, koffeinfrei“ liest.
Beschließt, der Gastronomie endgültig den Rücken zu kehren.

SIE will sich endlich verwirklichen in ihrem Leben und einen gastronomischen Betrieb gründen.
Genauer: ein Lese-Café, Schwerpunkt deutsche Romantik.
Wendet sich an ihre Bank, vereinbart ein Beratungsgespräch für einen Gründerkredit, wird wie verrückt von ihrem Finanzberater angeflirtet und bekommt 50 000 Euro Startkapital.
Außerdem seine Telefonnummer, inklusive rotem Herzchen.
Sucht eine geeignete Immobilie.
Genauer: 70 bis 80 Quadratmeter in Berlin Wedding bis 800 Euro Monatsmiete.
Findet nichts.
Sucht bei E-Bay-Kleinanzeigen nach „Die wichtigsten Texte der deutschen Romantik“ aus der Konkursmasse einer Bibliothek.
Genauer: Clemens Brentano, Jacob Grimm, Joseph von Eichendorff, E. T. A. Hoffmann, Novalis, Karoline von Günderrode, Friedrich Schlegel, Ludwig Tieck …
Findet nichts.
Liest in einem Branchendienst, dass es in Deutschland zu viele kleine Cafés gibt und immer weniger Menschen Bücher lesen.
Beschließt noch mal neu über das Konzept nachzudenken, und zwar während einer Woche Urlaub auf den Kanaren.
Lernt am ersten Abend an der Strandbar des Hotels einen Mann kennen, der in dem Buch „Schutzgelderpresser verprügeln, aber mit Wumms“ liest.
Beschließt, der Gastronomie endgültig den Rücken zu kehren.

Die nächste Ausgabe erscheint am **6. OKTOBER 2022**

ILLUSTRATIONEN: ISTOCKPHOTO.COM (2)

mevo

Die Evolution der mobilen Küche
mevo-fussstetter.de