



PRESSESCHAU

FIRE&FOOD

Ausgabe 2 | 11

Seite 78 - 81
Seite 47

WM Beileger
Seite 12 + 15



Grillrezepte mit Honig



Putenbrust mit Honigglasur

ZUTATEN (für 4 Personen):

600 g Putenbrust
3 Limetten
½ Tasse Sojasauce
½ Tasse Honig
Salz, Pfeffer
Holzplanke (erhältlich im Grillfachhandel)

ZUBEREITUNG:

Putenbrust mit Pfeffer und etwas Salz würzen. Mit dem Salz sparsam umgehen, denn die Sojasauce ist auch salzig. Honig und Sojasauce miteinander vermischen und das Fleisch darin für 2 – 3 Stunden marinieren. Holzplanke, am

besten Zedernholz, gut eine Stunde im Wasser einweichen lassen, anschließend heraus nehmen. Grill anheizen, die durchgeglühten Kohlen so verteilen, dass eine direkte und eine indirekte Grillzone zum Grillen zur Verfügung stehen. Das Fleisch auf der Planke verteilen und indirekt grillen für gut 20 – 25 Minuten. Es sollte leicht druckfest sein, so ist es innen auf alle Fälle durch und noch schön saftig. Vor dem Servieren mit ein paar Scheiben Limetten anrichten. Dabei ein paar Limettenscheiben aufheben, um das Fleisch zu beträufeln. Die frische Säure passt wunderbar zum Geflügel.



Whiskey Flank Steak

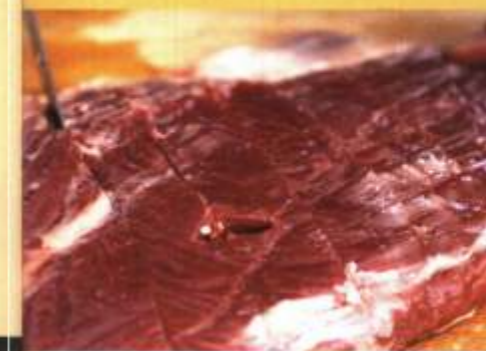
ZUTATEN (für 4 Personen):

Flank Steak (oder alternativ ein anderes Rindersteak)
1 Bund Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
2 EL Bourbon Whiskey
Salz, Pfeffer
4 – 5 EL Honig
4 – 5 EL Sojasauce

ZUBEREITUNG:

Flank Steak, ein sehr aromatisches Rindfleisch aus dem Bauchlappen geschnitten, mit einem Küchentuch abtupfen und mit dem Messer leicht einschneiden, damit mehr Marinade in das Steak eindringen kann. Für die Marinade den Honig, die Frühlingszwiebeln, Whiskey und die Sojasauce miteinander verrühren und in einen Gefrierbeutel geben. Alles zusammen für gut 4 – 5 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Ca. 1 Stunde vor dem Grillen das Fleisch aus der Kühlung nehmen, damit es Raumtemperatur erreicht. Den Grill anheizen und warten, bis eine weiße Ascheschicht die Kohlen überzieht. Das Fleisch auf den Grillrost legen und auf beiden Seiten scharf für jeweils ca. 5 Minuten grillen. Es schmeckt am besten und ist herrlich saftig, wenn es eine Kerntemperatur von gut 58 – 60° C hat. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen und in feine Streifen aufschneiden.





PRESSESCHAU

WM-Splitter



Ziegenkäse 'Brot mit Honigzwiebeln

ZUTATEN (für 4 Personen):
 1 Rolle Ziegenkäse
 1 Bauernbrot
 4 – 5 EL Honig
 2 – 3 große Zwiebeln

ZUBEREITUNG:
 Bauernbrot in Scheiben aufschneiden. Zwiebeln in Ringe schneiden und goldbraun angrillen, den Honig darüber geben. Am besten eignet sich dafür eine schmiedeeiserne Bratpfanne. Alternativ können

die Zwiebeln auch auf dem Herd in der Küche zubereitet werden. Käsescheiben auf dem Brot verteilen, auf den Grillrost legen und den Deckel schließen. Für gut 5 – 6 Minuten indirekt bei 180° C grillen.

Wenn das Brot knusprig und warm ist, vom Grill nehmen und mit den Zwiebeln anrichten. Zum Schluss noch etwas Honig drüber geben und warm servieren.



Johannes Kliem vom Grillteam Southside BBQ, deutscher Grill- und Barbecuemeister der Amteure 2010, grillte für FIRE&FOOD die Honig-Rezepte.

BBQ-Tipp

Die Hauptbestandteile von Honig sind Glukose und Fructose, also die beiden Bausteine, aus denen auch der normale Haushaltszucker besteht. Deshalb sollte mit Honig mariniertes oder glasiertes Grillgut keinen hohen Temperaturen ausgesetzt werden, damit der Zuckeranteil im Honig nicht verbrennt und einen bitteren Geschmack abgibt.



Zitronen-Vanille-Olivenöl gibt dem Dessert eine besondere Note.



Mango mit Vanilleeis

ZUTATEN (für 4 Personen):
 2 frische Mango
 4 EL Honig
 3 EL Whiskey
 Vanilleeis
 Zitronen-Vanille-Olivenöl (falls vorhanden)

ZUBEREITUNG:
 Mango schälen, Fruchtfleisch in möglichst großen Stücken vom Kern entfernen, in eine Schale geben und mit der Whiskey-Honig-Mischung marinieren. Der Honig lässt sich mit dem Alkohol sehr gut vermischen. Eine Stunde durchziehen lassen und in der Zeit den Grill vorbereiten, so dass die Kohlen zum Grillen rundum mit einer weißen Ascheschicht bedeckt sind.

Die Mangos aus der Schüssel nehmen und auf den Grillrost legen. So lange grillen, bis der Honig karamellisiert ist und sich eine kleine Kruste gebildet hat. In der Zwischenzeit die Dessertschüsseln herrichten und in jede eine Kugel Eis geben.

Die warmen Mangostücke dazugeben und mit etwas Zitronen-Vanille-Olivenöl aromatisiert servieren.



FIRE&FOOD lesen und gewinnen!

FIRE&FOOD verlost einen Big Green Egg „Mini-Egg“ Keramikgrill – der ideale Grill für perfekte Steaks!

Und so gehts: Postkarte mit Lösungswort an FIRE&FOOD senden.
Preisfrage: Wie lautet die deutsche Bezeichnung für die Halterung eines Keramikgrills?

Lösungswort mit 4 Buchstaben: N _ _ _

Einsendeschluss: 15. November 2011