

Rezepte

Gourmettreff

Kurs 59/3

Dr. Georg Dippel

11.07.2022

Leitung und Rezeptausswahl : Sigi Körner

Inhaltsverzeichnis

Kurs 59 / 3 Grillen im Sommer	1
Sommersalat mit Wassermelone vom Grill	2
Gefüllte Calamari vom Grill mit Baba-Ganoush-Auberginen-Crème	4
Grillteller (Flanksteak, Ochsenskotelette, Coburger Bratwürste, Ayvar, Sauce Bernaise und BBQ-Sauce)	6
Pfirsich Gremolata mit italienischer Meringue und geröstetem Pfirsich	8

Kurs 59 / 3

Grillen im Sommer

(11.07.2022)



Sommersalat

mit Wassermelone vom Grill

Zutaten (für 4 Port.)

Salat :

1/2 Wassermelone
200 g weiße Bohnen (a.d. Glas)
150 g Salatgurke
150 g San Marzano Tomaten
100 g Radieschen
80 g Lauchzwiebeln

Vinaigrette :

2 El Zitronensaft
1 El Orangensaft
Abrieb von Zitrone und Orange
100 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Salat

1. Wassermelone vierteln, in 2 cm dicke Scheiben schneiden, Stücke weitgehend entkernen und evtl. mit etwas Zucker bestreuen. Beidseitig auf dem heißen Grill je 2 min rösten.
2. Bohnen abgießen und abspülen, Salatgurke waschen, mit einem dickeren Sparschäler bis zu den Kernen Streifen abschälen. Tomaten waschen, halbieren, von den Kernen befreien und in beliebig große Stücke schneiden. Radieschen waschen, das Grün abschneiden, in 1 mm dicke Scheiben schneiden und in kaltem Wasser 20 min einlegen (damit sie knackig bleiben). Lauchzwiebeln quer und schräg in sehr dünne Scheiben schneiden.
3. Für die Vinaigrette das Salz und den Pfeffer in den Säften auflösen, Orangen- und Zitronenabrieb zugeben und alles etwas ziehen lassen. Dann das Olivenöl unterschlagen. Die Emulsion unter das Gemüse heben und mit den gerösteten Melonenscheiben auf Tellern anrichten.



Gefüllte Calamari vom Grill

mit Baba-Ganoush-Auberginen-Crème

Zutaten (für 4 Port.)

Calamari :

4 kleine Kalamari
150 g mehligk. Kartoffeln
1 Knoblauchzehe
50 g Frühlingszwiebeln
1 El Petersilie
100 g Feta
1 Eigelb
3 El Olivenöl
Salz
Pfeffer
Muskatnuss
50 ml Weißwein
1/2 Tl Thymianblättchen
1 El gehackter Oregano
1 gehackter Basilikumstängel

Baba-Ganoush : (Auberginencrème)

Pistazienkerne
Zitronensaft
Zitronenabrieb
Oregano
Sumach (Gewürz)
Salz
Pfeffer
Olivenöl

Zubereitung

Vorspeise

1. Calamari waschen, Kopf aus dem Körper ziehen, Tentakeln so abschneiden, dass die Kauwerkzeuge entfernt werden, das Fischbein aus der Tube ziehen und die Tube enthäuten. Kartoffeln waschen, garen, schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Knoblauch schälen und fein würfeln. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und klein schneiden. Petersilie fein hacken und den Feta in kleine Würfel teilen.

2. Die durchgepressten Kartoffeln mit der Petersilie, Feta, Eigelb und 1 El Olivenöl mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die restliche 2 El Olivenöl erhitzen, die Tentakeln darin leicht anbraten, Weißwein angießen und die Tentakeln ca. 8 min dünsten.

3. Thymian, Oregano und Basilikum mit der Kartoffelmasse und den klein geschnittenen Tentakeln mischen, evtl. nachwürzen, Calamarituben damit füllen und mit einem Zahnstocher verschließen. Calamarituben auf dem heißen Grill beidseitig ca. 5 min rösten (nicht zu lange, da sie sonst zäh werden).

4. Für die Auberginencrème „Baba-Ganoush“ reichlich Glut in einer Feuerschale vorbereiten. Auberginen, Zwiebeln und Knoblauchknollen direkt in die Glut setzen, leicht eindrücken und mit Glut bedecken. (Dabei die Auberginen an die heißeste Stelle legen, da deren Feuchtigkeit das Verkohlen bremst.) Je nach Entwicklung der Glut das Gemüse umdrehen und die Zwiebeln ca. 30 min, Knoblauch ca. 25 min und Auberginen ca. 20 min garen.

5. Dann das Gemüse aus der Glut nehmen, Zwiebeln und Knoblauch quer halbieren, Zwiebeln auslöffeln und grob hacken, Knoblauch aus der Schale drücken und die Auberginen längs halbieren und auslöffeln. Pistazienkerne leicht anrösten, mit dem Gemüse, Zitronensaft und -abrieb mischen und mit Oregano, Sumach, Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl verfeinern.

6. Gefüllte Calamari mit Baba-Ganoush-Auberginen-Crème anrichten und servieren.



Grillteller

(Flanksteak, Ochsenskotelette, Coburger Bratwürste, Ayvar, Sauce Bernaise und BBQ-Sauce)

Zutaten (für 4 Port.)

Flanksteak :

1 kg Flanksteak (gut abgehangen)
Gewürzsalz

Ochsenskotelette :

500 g Ochsenskotelette (gut abgeh.)

Grillgemüse :

je 400 g Auberginen, Zucchini,
Tomaten und Paprika

Ayvar (500 g) :

325 g Paprika
100 g Auberginen
Salz, Öl
40 g Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 El Öl
25 g Chilischoten
60 ml Olivenöl
Essig, Salz, Pfeffer

Sauce Bernaise :

50 g Schalotten
1 El Estragon
100 g Tomaten
1 Tl Pfefferkörner
1 El Schnittlauch
50 ml Weißweinessig
2 El Misopaste
100 ml Rapsöl

Cajun Barbecue-Sauce :

50 g Zwiebeln
100 g Paprikaschoten
75 g Stangensellerie
1/2 Knoblauchknolle
1 kl. Chilischote
100 g Tomaten
1 El Öl
Kreuzkümmel
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Fleischgericht

1. Das Flanksteak evtl. parieren, das Gewürzsalz rundum gut einmassieren und vakuumieren. Sous vide Gerät auf 52°C temperieren und das Fleisch 8 Std garen. Dann herausnehmen, trocken tupfen und auf dem Grill bei guter Hitze bis zu einer Kerntemperatur von 58°C beidseitig rösten.

2. Zum Servieren das Flanksteak quer zur Faser in dünne Tranchen schneiden.

3. Das Ochsenskotelette kurz vor dem Grillen mit einer Olivenöl/Wein-Emulsion einpinseln, auf dem mittelheißen Grill beidseitig auf eine Kerntemperatur von 56°C garen, vom Feuer nehmen und bei 50°C ca. 10 min ziehen lassen.

4. Vor dem Servieren das Kotelette ausbeinen und quer in dünne Tranchen schneiden.

5. Für das Grillgemüse die Auberginen und Zucchini waschen, längs in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden, beidseitig salzen und 1 Std ziehen lassen. Vor dem Grillen die überschüssige Flüssigkeit abtupfen.

6. Tomaten waschen, quer halbieren, Flüssigkeit austropfen lassen und die Schnittflächen salzen. Die Paprika längs halbieren, entkernen und waschen.

7. Vor dem Grillen des Gemüses das Grillgitter gut ölen. Gemüse auf den mäßig heißen Grill legen, die Tomaten mit der Schnittfläche nach unten, Auberginen, Zucchini und Paprika während des Grillens einmal wenden und alles farbig erkennbar garen.

8. Für das Ayvar die Paprika längs halbieren, Kerne und Strunk entfernen, waschen, mit der Hautseite nach oben auf ein geöltes Backblech legen und unter dem Grill solange rösten, bis die Haut schwarz ist. Aus dem Backofen nehmen, mit einem nassen Tuch bedecken, abkühlen lassen, die Haut abziehen und das Paprikafleisch würfeln.

9. Die Auberginen waschen, die Enden abschneiden, in 1 cm große Würfel schneiden, salzen und 1 Std ziehen lassen. Dann ausdrücken, überschüssiges Wasser abgießen und mit Öl in einer Pfanne weich dünsten.

10. Zwiebeln und Knoblauch würfeln und in Öl glasig dünsten. Chilischoten mit den Kernen fein würfeln und alles mit dem Olivenöl und zu einer homogenen Masse pürieren. Das Ayvar 90 min auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren köcheln und nach einer Stunde mit Essig, Salz und Pfeffer würzen.

Zutaten (Fortsetzung)

Oregano
Sellerieblätter
Zitronenschale
2 El Essig
100 ml Olivenöl
1 1/2 El Zitronensaft

Zubereitung (Fortsetzung)

11. Für die Sauce Bearnaise die Schalotten fein würfeln. Estragon von den Stängeln zupfen und grob hacken. Tomaten in kleine Würfel schneiden, Pfefferkörner grob mörsern und den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

12. Den Weinessig mit 200 ml Wasser, den Tomatenwürfeln, Pfeffer und Estragonstielen in einem kleinen Topf auf ca. 1/3 einkochen. Dann die Gewürzreduktion absieben, zusammen mit der Misopaste mit dem Pürierstab mixen und das Öl nach und nach zugeben.

13. Für die Barbecue-Sauce die Zwiebeln längs in Scheiben schneiden, Paprika halbieren, entkernen, waschen und in Würfel schneiden. Stangensellerie in feine Würfel schneiden, Knoblauch schälen und grob hacken, Chilischoten fein hacken und die Tomaten grob teilen.

14. Öl erhitzen und das Gemüse darin weichdünsten. Nach belieben Kreuzkümmel, Pfeffer, Oregano, Sellerieblätter, Zitronenabrieb und Salz mischen und im Mörser zerstoßen. Essig mit Olivenöl und Zitronensaft mischen und mit den Gewürzen unter das gedünstete Gemüse heben.

15. Flanksteak, Ochsenskotelette, gegrillte Coburger Würste mit dem gegrillten Gemüse, Ayvar, Sauce Bernaise und BBQ-Sauce auf einem großen Teller anrichten.



Pfirsich Gremolata

mit italienischer Meringue und geröstetem Pfirsich

Zutaten (für 4 Port.)

Gremolata :

250 g Pfirsiche
125 ml Wasser
100 g Zucker
50 ml Madeira

Meringue (für 10 Port.) :

3 Eiweiß
250 g Puderzucker
Salz
Zucker

Gegrillte Pfirsiche :

2 Pfirsiche
Puderzucker

Zubereitung

Dessert

1. Pfirsiche an der Oberfläche einritzen, in kochendem Wasser kurz blanchieren, schälen, entkernen und pürieren. Mit dem Wasser und dem Zucker einen Sirup kochen bis der gesamte Zucker gelöst ist. Dann den Madeira einrühren und mit dem Pfirsichpüree mischen. Alles in eine Metallschüssel geben, in den Tiefkühler stellen und unter öfterem Rühren anfrieren lassen.

2. Ein Eiweiß mit einer Prise Salz und dem Zitronensaft steif schlagen und dabei den Puderzucker einrieseln lassen. Mit dem restliche 2 Eiweiß und je 1 Prise Salz und Zucker nochmals einen Eischnee schlagen, mit dem anderen Eischnee innig vermengen, auf ein Backblech spritzen und im Backofen bei 80°C ca. 60 min trocknen.

3. Pfirsiche halbieren, Steine entfernen und die Schnittstellen leicht mit Puderzucker bestäuben. Die Pfirsichhälften bei mittlerer Hitze auf den Schnittstellen grillen.

4. Meringue zerbröseln. Pfirsich Gremolata mit diesen Bröseln mischen und mit den gegrillten Pfirsichhälften anrichten.



