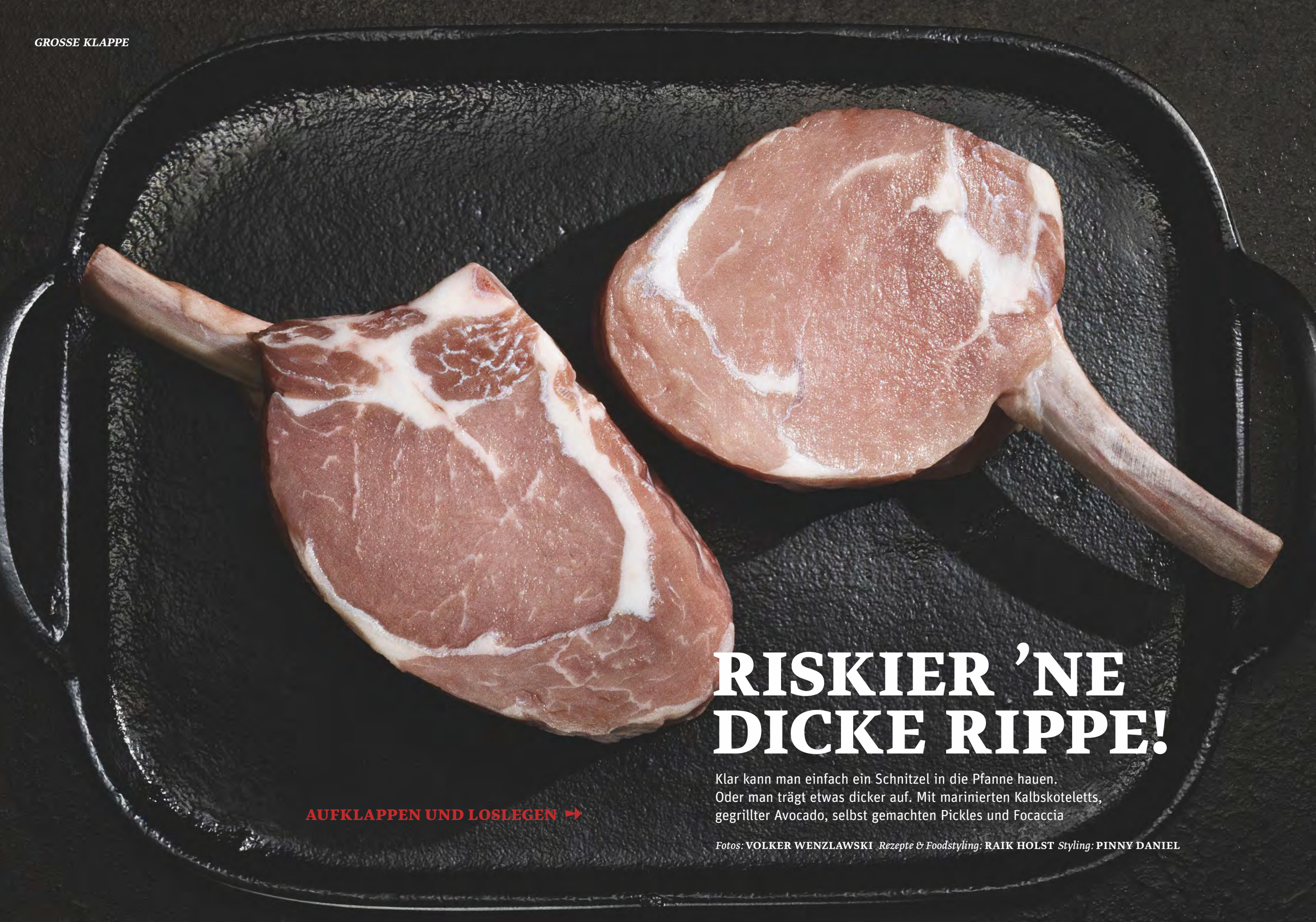

RISKIER ’NE DICKE RIPPE!

Klar kann man einfach ein Schnitzel in die Pfanne hauen. Oder man trägt etwas dicker auf. Mit marinierten Kalbskoteletts, gegrillter Avocado, selbst gemachten Pickles und Focaccia

Fotos: **VOLKER WENZLAWSKI** *Rezepte & Foodstyling:* **RAIK HOLST** *Styling:* **PINNY DANIEL**

AUFKLAPPEN UND LOSLEGEN ➔

GEGRILLTE AVOCADO

Rezept auf Seite 119

→ Gewagte These: Avocado vom Rost mit scharfer Salsa funktioniert sogar ohne Fleischbeilage. Na ja, fast ...

SPICY GURKEN-PICKLES

Rezept auf Seite 117

MARINIERTE KOTELETTS VOM KALB

Rezept auf Seite 115

→ *Zart übertrumpft: Wer Kalbfl isch nicht liebt, dem ist nicht mehr zu helfen. Diese Koteletts kommen aus dem Münsterland und sind über otto-gourmet.de zu bestellen*

BACON-LAUCHZWIEBELN

Rezept auf Seite 121

... RISKIEREN UND SERVIEREN

FEURIG SCHARFE ROMESCO-SAUCE

Rezept auf Seite 118

OFENWARME FOCACCIA MIT ROSMARIN

Rezept auf Seite 123

OLIVENBUTTER MIT CURRY

Rezept auf Seite 124

Wieso tiefstapeln, wenn man aufschneiden kann? In diesem Fall Zitronen in hauchdünne Scheiben, mit denen man die Koteletts umhüllt und mariniert

MARINIERTE KOTELETTS VOM KALB

ZUTATEN fü 4 Portionen

2 Knoblauchzehen
3 eingelegte Sardellenfilets (aus dem Glas)
10 geröstete Kakaobohnen
6 EL Olivenöl
1 rote Chilischote
1 Bund Salbei
½ Bund Petersilie
4 Kalbskoteletts (à ca. 350 g; ca. 4,5 cm dick)
2 Bio-Zitronen
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle

1. Knoblauch schälen und fein würfeln. Knoblauch, Sardellenfilets und Kakaobohnen zu einer Paste mörsern. Das Olivenöl unterrühren. Chili putzen und in Ringe schneiden. Salbei und Petersilie abspülen, trocken schütteln und grob schneiden. Chili und Kräuter unter die Marinade mengen. Das Fleisch damit rundherum einreiben. Zitronen heiß waschen, trocken reiben und in dünne Scheiben schneiden. Das Fleisch mit Zitronenscheiben belegen und ca. 6 Stunden gekühlt marinieren.
2. Koteletts etwa 30 Minuten vor dem Grillen auf Zimmertemperatur temperieren. Grill für direktes Grillen auf mittlere Temperatur (etwa 180 Grad) vorheizen.
3. Die Marinade vom Fleisch streichen. Koteletts auf dem heißen Grill 15–20 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von ca. 58 Grad grillen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, vor dem Servieren 5 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten (plus 6:30 Stunden Marinier- und Temperierzeit)

SCHÖN ABGEBRÜHT

SO VERWANDELN SIE GURKEN MIT EINER HEISSEN WÜRZMARINADE IN EINE RAFFINIERTE BEILAGE:

1. Kleine, feste Snack-/Minigurken sind ideal, um daraus die knackigen Blitz-Pickles zu machen. Damit in der kurzen Zeit alles gleichmäßig durchzieht, die Gurken in möglichst gleich große Scheiben schneiden.

2. Zwiebelspalten in die Marinade geben, kurz mitköcheln. So behalten sie Biss, werden zugleich mild im Aroma, sodass sie die Marinade nicht dominieren.

3. Die würzig-süßliche Marinade heiß über die Gurken-Dill-Mischung gießen. Beim Abkühlen entwickelt sich der pikante Aromenmix von Honig, Chili und Senf, der die Gurkenscheiben richtig schön würzig macht.

→ Weil es nicht immer auf die Größe ankommt, empfehlen wir Minigurken aus dem Bio-Supermarkt. Die haben nicht nur mehr Biss, sondern auch mehr Geschmack als ihre langen und wässrigen Brüder

SCHALE: NANAKOENIGDESIGN.COM

SPICY GURKEN-PICKLES

ZUTATEN fü 4 Portionen

8 Mini-Bio-Gurken
1 Bund Dill
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 rote Chilischote
200 ml Weißweinessig
2 EL Blütenhonig
1 TL Meersalz
1 EL Senfkörner

1. Gurken waschen, trocken reiben und in breite Scheiben schneiden, Gurkenscheiben in eine Schüssel geben. Dill waschen, trocken schütteln, grob zerzupfen und überstreuen.
2. Zwiebel schälen und in feine Spalten schneiden. Knoblauch schälen, in feine Scheiben schneiden. Chili putzen und in Ringe schneiden. Essig, Honig, Meersalz, Senfkörne , Knoblauch und Chili in einen Topf geben, aufkochen. Zwiebeln zugeben, kurz mitköcheln lassen.
3. Marinade über die Gurken gießen, alles durchmischen. Zugedeckt ca. 4 Stunden marinieren, gelegentlich durchrühren.
4. Gurken-Pickles nach Geschmack mit etwas Meersalz nachwürzen, Gurken und Sud anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten (plus 4 Stunden Marinierzeit)

FEURIG SCHARFE ROMESCO-SAUCE

ZUTATEN fü 4 Portionen

100 g geschälte Mandelkerne
70 g Toastbrot (ca. 3 Scheiben)
3 Tomaten
½ rote Paprikaschote
1 Knoblauchzehe
2 rote Chilischoten
1 eingelegtes Sardellenfilet
1 EL Weißweinessig
50 ml Olivenöl
2 EL Sherry
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle

1. Mandeln ohne zusätzliches Öl anrösten. Auf einem Teller abkühlen lassen. Das Brot fein würfeln. Tomaten waschen, putzen und in grobe Stücke schneiden. Paprika putzen, waschen und würfeln.
2. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Chili putzen und in Ringe schneiden.
3. Vorbereitete Zutaten (bis auf Mandeln), Sardellenfile , Essig, Olivenöl und Sherry in einen stabilen Mixer geben und zu einer feinen Sauce mixen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mandeln fein hacken und unterrühren.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

→ Zu gegrillter Avocado und scharfer Sauce passt als Absacker am besten ein guter Tequila. Und da hätten wir auch gleich eine prima Idee
→ *Die Empfehlung finden Sie auf Seite 30*

GEGRILLTE AVOCADOS MIT TOMATEN-SALSA

ZUTATEN fü 4 Portionen

2 Tomaten
Saft von ½ Zitrone
1 EL Blütenhonig
2 EL Olivenöl
etwas Tabasco zum Abschmecken
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Instant-Couscous
2 Avocados
1 EL Pflanzenöl für den Grillrost
½ Bund Basilikum
½ Bund Estragon
½ Bund glatte Petersilie
nach Belieben 1 Stück frischer Meerrettich

1. Tomaten waschen, putzen und in feine Würfel schneiden. Tomatenwürfel, Zitronensaft, Honig und Olivenöl in einer Schüssel vermengen. Mit Tabasco, Salz und Pfeffer abschmecken. Couscous sorgfältig unterrühren. Alles 30 Minuten quellen lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen und der Couscous weich ist. Zwischendurch öfter vorsichtig durchrühren.
2. Den Grill auf mittlere Temperatur (180 Grad) vorheizen. Die Avocados halbieren, Kern auslösen. Den Grillrost mit Öl einpinseln. Avocados mit den Schnittflächen auf den heißen Grill legen, so etwa 5 Minuten grillen. Dann wenden und weitere 5 Minuten auf den Schalenseiten rösten.
3. Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Kräuter unter die Tomaten-Salsa mischen. Salsa nochmals mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken.
4. Gegrillte Avocadohälften mit Salz und Pfeffer würzen, auf Teller setzen und die Tomaten-Salsa einfüllen. Nach Belieben Meerrettich schälen, überreiben und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

→ Jemanden mit Lauchzwiebeln zu beeindrucken ist relativ schwierig. Mit einem Rub aus Fenchelsamen und Kümmel und mit Bacon umwickelt geht's aber ...

BACON-LAUCHZWIEBELN

ZUTATEN fü 4–6 Portionen

1 EL Fenchelsamen
1 TL Kümmel
1 EL schwarze Pfefferkörner
1 TL granuliertes Knoblauchpulver
2 Bund Lauchzwiebeln (ca. 12 Stück)
2 EL Olivenöl
12 Scheiben Bacon (Frühstücksspeck)
Meersalz

1. Fenchelsamen, Kümmel und Pfeffe fein mörsern. Knoblauchpulver zugeben und gründlich untermörsern.
2. Lauchzwiebeln putzen, waschen, trocken tupfen und halbieren. Lauchzwiebeln und Öl mischen, mit dem Rub bestreuen. In 12 Portionen teilen und die Lauchzwiebeln jeweils mit einer Speckscheibe fest umwickeln.
3. Die Bacon-Lauchzwiebel-Päckchen auf dem heißen Grill bei mittlerer Temperatur (ca. 180 Grad) ca. 10 Minuten unter Wenden rundum knusprig grillen. Mit etwas Meersalz würzen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

BEEF!
MÄNNER KOCHEN ANDERS

DURCH DEN WOLF GEDREHT

Der BEEF! Fleischwolf

Ein Fleischwolf wie für den Mann gemacht! Edles Gehäuse, stabiles Messer und starkes Zubehör für das perfekte Fleisch.

caso DESIGN

Mehr Infos unter: **beef.de**

Mehr Infos unter: **beef.caso-design.de**

→ Ursprünglich wurde Focaccia nicht als Beilage serviert, sondern zum Frühstück gegessen. Ob aber Teig für den nächsten Morgen übrig bleibt, ist ziemlich fraglich

MACH MAL LOCKER!

SAUMÄSSIG LECKER, DIESES WARME BROT VOM BLECH! NUR 4 SCHRITTE – UND ES IST IHRES ...

1. Damit die Hefe optimal startet, den gepressten Hefewürfel zerbröckeln und mit Zucker und lauwarmem Wasser verrühren, bis alles gelöst ist.

2. Den gekneteten Teig dann ausrollen. Dazu zunächst Arbeitsfläche und auch Rollholz mit Mehl bestäuben, dann klebt beim Ausrollen nichts an.

3. Wie die italienischen Bäcker: Mit Fingern Vertiefungen in den Teig drücken. Damit Öl und Salz beim Aufgehen des Teiges gleichmäßig verteilt bleiben.

4. Ebenfalls typisch: Im Norden Italiens werden Focaccia- und Brotteige ohne Salz zubereitet. Dafür dann großzügig und gleichmäßig damit bestreut.

OFENWARME FOCACCIA MIT ROSMARIN

ZUTATEN fü 6 Portionen

½ Würfel (21 g) frische Hefe
2 EL Zucker
1 kg Mehl
140 ml Olivenöl
1 Bund Rosmarin
1–2 EL grobes Meersalz

1. 600 ml Wasser erwärmen, in eine große Rührschüssel geben. Hefe und Zucker einrühren. Mehl nach und nach gründlich unterkneten, bis ein glatter, geschmeidiger Teig entsteht, der nicht mehr klebt. Den Teig zu einer Kugel formen. Zugedeckt in der Schüssel an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.
2. Dann den Teig nochmals kräftig durchkneten, auf einem mit Öl ausgepinselten tiefen Backblech/Fettpfanne ausrollen. Zugedeckt weitere 30 Minuten gehen lassen.
3. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Mit den Fingern Vertiefungen in den Teig drücken, übriges Olivenöl überträufeln. Rosmarin waschen, trocken schütteln, die Zweige fein zerzupfen und in den Vertiefungen verteilen. Meersalz überstreuen.
4. Die Focaccia im heißen Backofen ca. 30 Minuten goldbraun backen. Am besten noch ofenwarm servieren.

Zubereitungszeit: 1 Stunde (plus 1 Stunde Wartezeit)

Für den ultimativen Geschmack empfehlen wir das Kombinieren von mindestens zwei Olivensorten – das macht auch farblich mehr her

OLIVENBUTTER MIT CURRY

ZUTATEN für 8–10 Portionen

100 g grüne Oliven (ohne Stein)
100 g schwarze Kalamata-Oliven (ohne Stein)
500 g weiche Butter
1 EL Worcestershiresauce
1 TL Tabasco
2 TL Curry
Meersalz

1. Oliven in sehr feine Würfel schneiden. Butter cremig aufschlagen und die Oliven unterrühren. Die Butter mit Worcestershiresauce, Tabasco und Curry verrühren und mit Meersalz würzig abschmecken.
2. Butter z. B. mithilfe von Frischhaltefolie zu einer Rolle formen, ca. 3 Stunden kühl stellen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten (plus ca. 3 Stunden Kühlzeit)

FOTOS: VOLKER WENZLAWSKI/SOLARUNDFOTOGRAFEN.COM; REZEPTENTWICKLUNG & FOODSTYLING: RAIK HOLST; STYLING: PINNY DANIEL; POSTPRODUKTION: TELSE FAUST; PRODUKTION: MONIQUE DRESSEL/ALLE FÜR BEEF!
FLEISCH: KALBSKOTELETT PRIVATE SELECTION VON OTTO-GOURMET.DE; MESSER: SANTOKUMESSER SHUN PREMIER/TIM MÄLZER SERIE/KAI-EUROPE ÜBER ONEKITCHEN.COM