

## Meisterküche

# Grill & Ofen – es wird deftig!

In der „Meisterküche“ präsentiert Yvonne Willicks kulinarische Highlights des Jahres – und diesmal wird es deftig – es gibt Leckeres aus dem Ofen und fürs Wintergrillen!

### Alle Rezepte aus der Sendung:

Fenchelgratin	2
Spare Ribs mit BBQ-Soße und „crunchy“ Kartoffelstampf	4
Kotelett mit Apfel-Kräuter-Füllung	7
BBQ Limo	9
Milky Delicious	10

## Fenchelgratin

Zuunterst kommt eine Schicht Kartoffelpüree – das kann übrigens auch ein Rest vom Vortag sein. Sie nimmt einen großen Teil der Sauce auf, so bleibt der Auflauf schön saftig.



Zutaten für 4 Personen:

### Für das Kartoffelpüree:

- 800 g mehliges Kartoffeln
- ca.  $\frac{1}{4}$  l Milch
- Salz, Pfeffer
- Muskat
- 1 EL Butter

### Außerdem:

- 4 Fenchelknollen
- Salz
- 8 dünne Scheiben gekochter Schinken
- 8 dünne Scheiben Käse

### Für die Sauce:

- 1 kleine Zwiebel
- 1-2 EL Butter
- 1 EL Mehl

- 200-300 ml Fenchelkochsud
- Zitronenschale und -saft
- 100 ml Sahne
- 120 g geriebenen Käse
- 50 g Semmelbrösel
- Butterflöckchen

### Zubereitung:

- Für das Kartoffelpüree die frisch gekochten Pellkartoffeln noch heiß pellen und durch die Presse in heiße Milch drücken, zunächst nur die Hälfte nehmen, falls die Kartoffeln nicht so viel davon aufnehmen. Man kann später ja mehr Milch zufügen, bis das Püree die richtige Konsistenz hat.
- Mit Salz, Pfeffer und Muskat gut würzen, mit einem Holzlöffel aufschlagen, dabei die Butter einrühren. Das Püree in eine flache Gratinform verteilen.
- Die Fenchelknollen putzen, beschädigte Außenblätter entfernen, die Stiele stutzen, das Fenchelgrün beiseitelegen. Die Knollen halbieren, größere sogar vierteln und in Salzwasser etwa 5 bis 10 Minuten kochen, jeweils zuerst in eine Käse-, dann in eine Schinkenscheibe wickeln und nebeneinander auf das Püree in die Auflaufform setzen.
- Für die Sauce die Zwiebel fein würfeln und in der Butter weich dünsten, das Mehl darüberstäuben und gut verrühren. Nach und nach den Sud angießen und 10 Minuten leise köcheln.
- Sahne und die Hälfte vom Käse einrühren und nochmals 5 bis 10 Minuten köcheln und mit Zitronensaft und -schale würzen. Gut abschmecken, eventuell mit dem Mixstab aufschlagen (die dabei gemixte Zwiebel macht die Sauce schön cremig) und über die Fenchelpäckchen gießen.
- In den Ofen schieben und bei 180 Grad Heißluft/200 Grad Ober- und Unterhitze insgesamt etwa 20 bis 25 Minuten knusprig backen.
- Nach 10 Minuten restlichen geriebenen Käse mit Semmelbröseln mischen und auf der Oberfläche verteilen. Butterflöckchen darauf verteilen und nochmal für etwa 10 bis 15 Minuten backen, bis die Oberfläche zu bräunen beginnt.

**Beilage:** unbedingt gehört ein Salat dazu – knackig und frisch

**Getränk:** ein aromatischer Weißwein, etwa ein trockener Muskateller von Mallorca, aus dem Languedoc, aus der Steiermark oder aus heimischem Anbau

## Spare Ribs mit BBQ-Soße und „crunchy“ Kartoffelstampf

Rezept von Björn Freitag

Schieres Fleisch vom Schwein, also Filet oder Schnitzel, ist besonders beliebt. Aber aus Gründen der Nachhaltigkeit sollte natürlich das ganze Tier verwertet werden. Wieso also nicht mal Rippchen zubereiten? Zwar ist die Zubereitung etwas aufwendiger, aber die Mühe lohnt sich!



Die Mengenangaben des Rezeptes sind zugeschnitten auf eine Mahlzeit für zwei Personen.

### Zutaten für die Marinade:

- 0,3 l Ananassaft
- 4 EL Sojasoße
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Senf
- 2 Zehe Knoblauch (angedrückt)
- 2 TL Rauchsatz (grobes, geräuchertes Salz)
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 TL Koriandersamen

### Zutaten für die BBQ-Soße:

- 1 Apfel
- 2 EL Rapsöl
- 2 EL Tomatenmark
- 0,2 l Altbier
- 3 cl Bourbon Whiskey

- 1 Prise Rauchsatz (grobes, geräuchertes Satz)
- 1 EL Honigsenf (alternativ: normalen Senf und etwas Honig)
- 1 EL Apfelkraut
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- Pfeffer und Satz

### Zutaten für den Kartoffelstampf:

- 4 mittelgroße Kartoffeln (mehlig kochend)
- Satz
- 50 g Bauchspeck
- 1 kleine Zwiebel
- ½ weißes Brötchen
- 2 EL Rapsöl
- 3 große Blätter Wirsing
- Pfeffer

### Besondere Utensilien:

- Klarsichtfolie
- Küchenpapier
- Bei Bedarf Pergamentpapier
- Pürierstab
- Pinsel
- Kartoffelstampfer

### Zubereitung:

- Für die Marinade alle Zutaten gut verrühren und die Rippchen darin einlegen, sodass sie gut mit Flüssigkeit bedeckt sind. Ggf. etwas mehr Saft oder Wasser zufügen. **Hinweis:** Die Silberhaut kann man entfernen, bei Feuchtbeize über Nacht und langer Garzeit ist das aber nicht zwingend nötig.
- Schale mit Folie abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
- **Achtung:** Das Fleisch muss über Nacht marinieren!
- Am nächsten Tag den Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.
- Rippchen aus der Marinade nehmen, mit Küchenpapier abtupfen.
- Ofen auf 120 Grad herunterschalten.
- Rippchen auf den Grillrost legen und auf mittlerer Schiene ca. zwei Stunden garen, bis das Fleisch zart und mürbe ist. **Hinweise:** Je nach Dicke der Rippchen kann das Garen auch deutlich länger dauern. Damit der Ofen nicht verschmutzt ist es ratsam, ein Blech auf den Ofenboden zu stellen. Und wer das Fleisch sehr saftig mag, der kann die Rippchen auch in Alufolie oder Pergamentpapier einwickeln.
- Für die BBQ-Soße den Apfel schälen, entkernen und in grobe Stücke schneiden.
- Zusammen mit allen anderen Zutaten in einen Topf geben, aufkochen und dann ca. 20 Minuten bei wenig Hitze köcheln lassen. Dann pürieren und mit Satz und Pfeffer abschmecken.



- 
- Kurz vor Ende der Garzeit die Rippchen von allen Seiten mit der Soße einpinseln und noch weitere 10 Minuten im Ofen lassen – ganz am Ende für eine Minute die Grillfunktion einschalten.
  - Für die Beilage die Kartoffeln schälen, kleinschneiden und in gesalzenem Wasser weichkochen.
  - Speck fein würfeln und in einer großen Pfanne auslassen.
  - Zwiebel schälen und in feine Stücke schneiden.
  - Brötchen in Würfel scheiden.
  - Zwiebeln und Brötchen zum Speck geben und alles gut anrösten. Ggf. etwas Öl zufügen.
  - Wirsing waschen, Strunkansatz herausschneiden und die Blätter in feine Streifen schneiden. In die Pfanne geben und mitbraten.
  - Gegarte Kartoffeln abgießen und grob stampfen.
  - In die Pfanne geben und unter die Kohl-Speck-Mischung heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
  - Auf Tellern anrichten, die Rippchen daneben oder darauf platzieren und alles mit etwas Soße beträufeln.
  - **Hinweis:** Reste der BBQ-Soße kann man gut verschlossen in einem heiß aufgewaschenen Gefäß gut zwei bis drei Wochen im Kühlschrank aufheben.

## Kotelett mit Apfel-Kräuter-Füllung

Am Niederrhein serviert man Koteletts gerne knusprig paniert und goldbraun ausgebacken zu Kartoffelpüree und grünem Gemüse – wir aber machen ein „Paket“ daraus und packen eine fruchtig-würzige Masse hinein. Rauf auf den Grill oder rein in die Pfanne und mit Freude genießen!



Die Zutaten sind zugeschnitten auf 6 Portionen.

### Zutaten für die Apfel-Kräuter-Füllung:

- 2 Schalotten
- 3 kleine saure Äpfel (z.B. Boskoop)
- 30 g Butter
- Salz und Pfeffer
- Frisch geriebene Muskatnuss
- 1 TL Apfelessig
- 2 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Zweige Majoran

### Außerdem:

- 6 dick geschnittene Koteletts (etwa 3 cm)
- etwas Sonnenblumenöl

### Besondere Utensilien:

- Zahnstocher

- Backpinsel

### Zubereitung:

- Den Grill vorheizen.
- **Für die Apfel-Kräuter-Füllung** die Schalotten schälen und fein hacken.
- Die Äpfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel von etwa fünf Millimetern Kantenlänge schneiden.
- Butter in einer Pfanne schmelzen lassen und Schalotten und Äpfel darin andünsten, bis die Schalotten glasig sind und die Äpfel weich werden.
- Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Muskat und dem Apfelessig würzen und vom Herd nehmen.
- Die Kräuter waschen, trockenschütteln und die Blättchen beziehungsweise Nadeln von den Zweigen streifen.
- Kräuter fein hacken und unter die Apfelmischung rühren.
- In die Koteletts eine Tasche schneiden und von beiden Seiten sowie in der Tasche mit Salz und Pfeffer würzen.
- Mit der Apfelmischung füllen und die Öffnung mit einem Zahnstocher zustecken.
- Gefüllte Koteletts von beiden Seiten dünn mit Sonnenblumenöl einpinseln und auf dem vorgeheizten Grill von beiden Seiten jeweils acht Minuten grillen.
- Koteletts mit Apfel-Kräuter-Füllung vom Grill nehmen und fünf Minuten ruhen lassen.
- Zahnstocher entfernen und servieren – **Mahlzeit!**



## BBQ Limo

Nics neuer Drink „BBQ Limo“ ist ein alkoholfreier Drink mit außergewöhnlichen Zutaten wie geräuchertem Dattlessig, Wacholderbeeren und Pflaumenmus – ein toller Herbst-Drink.



### Zutaten für ein 0,25-Liter-Glas:

- Dattel-Speck Crema" (geräucherter Dattlessig)
- 10 getrocknete Wacholderbeeren
- 2,5 cl frisch gepresster Limettensaft
- 1 cl Zuckersirup
- 2 Barlöffel Pflaumenmus
- 6 cl Apfelsaft naturtrüb
- 10 cl Sodawasser oder kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
- 4 Eiswürfel

### Besondere Utensilien:

- Standmixer

### Zubereitung:

- Alle Zutaten - bis auf das Sodawasser – gründlich im Mixer pürieren.
- Eiswürfel in ein Longdrink-Glas geben.
- Drink durch ein feines Teesieb in das Glas abseihen.
- Mit Soda aufgießen und mit einem Barlöffel vorsichtig umrühren.

**Deko:** Dattelstückchen am Spieß oder geräuchertes Popcorn

## Milky Delicious

Der Cocktail „Milky Delicious“ ist schön cremig und trumpft mit einem Mix aus Minze, Amaretto und Calvados auf.



### Minz-Sirup

Milch und Zucker zu gleichen Teilen aufkochen und dann abkühlen lassen. Dann frische Minze im Verhältnis 1:5 hinzugegeben, gut in einem Behälter verschließen und einfrieren. Im Frost platzen die Zellen der Minzblätter und die ätherischen Öle der Minze treten aus. Nach 24 Stunden im Froster den Sirup auftauen und durch ein Sieb in eine sterile Flasche abfüllen und gut verschließen. Der Sirup hält im Kühlschrank ca. zwei Wochen.

### Zutaten für einen Tumbler / ein Becherglas (ca. 0,2 l)

- 5 cl Calvados
- 1,5 cl Amaretto
- 2,5 cl selbstgemachter Milch-Minz-Sirup s.o.
- 2,5 cl frisch gepresster Limettensaft
- 2 Spritzer Pflaumen Bitters
- 4 Spritzer Angostura Bitters Eiswürfel

**Zubereitung im Shaker:**

- Glas mit drei bis vier Eiswürfeln befüllen.
- Alle Zutaten auf Eis shaken und durch das Barsieb in das Glas abseihen.

**Deko:** Gedörnte Apfelscheibe mit Zimt und Zucker bestreuen und karamellisieren.