

BBQ-Ochsen-Brust mit Coleslaw

Für 4 Personen

Für die Ochsenbrust:

1,5 kg gepökelte Ochsenbrust	3 Stiele frischer Thymian	3 Knoblauchzehen
4 EL schwarze Pfefferkörner	1 EL rote Pfefferkörner	2 EL Koriandersaat
1 TL Fenchelsalat	Flüssigrauch	120 ml BBQ-Sauce

Für den Coleslaw:

500 g Spitzkohl	Salz	150 g Mayonnaise
100 g saure Sahne	1 EL scharfer Senf	2 TL geriebener Meerrettich
2 Möhren	1 Prise Zucker	1 Prise Paprikapulver, edelsüß
1 Spritzer Zitronensaft		

außerdem:

Bratschlauch-Folie

Das Fleisch sollte 1 Tag marinieren. Rinderbrust kalt abspülen und trocken tupfen. Thymian abspülen, trocken tupfen und die Blättchen abzupfen, Thymian fein hacken. Knoblauch schälen und sehr fein würfeln. Pfefferkörner, Koriander- und Fenchelsaat in einem Mörser zerstoßen. Mit Thymian und Knoblauch mischen.

Rinderbrust nach Belieben mit der Raucharoma-Flüssigkeit (Achtung, sparsam dosieren und Anwendungshinweise des Herstellers beachten!) und dünn mit etwas BBQ-Sauce bestreichen. Anschließend in der Gewürzmischung rundum wenden. Das Fleisch mit Frischhaltefolie bedeckt im Kühlschrank über Nacht marinieren.

Am Zubereitungstag das Fleisch rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur temperieren.

Den Backofen auf 130 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft nicht geeignet) vorheizen.

Rinderbrust in einen ausreichend großen Bratschlauch geben, auf ein Backblech setzen. Die übrige BBQ-Sauce über das Fleisch träufeln. Die Bratschlauch-Enden verschließen. Bratschlauch an der Oberfläche mit einer Nadel mehrfach einstechen.

Fleisch im heißen Backofen mindestens 3 Stunden saftig garen.

In der Zwischenzeit den Spitzkohl putzen, abspülen und abtropfen lassen. Den Kohlkopf halbieren, Strunk und dicke Blattrippen ausschneiden. Den Kohl in sehr feine Streifen hobeln oder schneiden.

Ca. 1 TL Salz und Kohlstreifen in einer Schüssel mischen. Mit Händen weich kneten, dann zugedeckt beiseite stellen und mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

Mayonnaise, saure Sahne, Senf und Meerrettich glatt verrühren. Möhren putzen, schälen und auf einer Küchenreibe raspeln. Den Spitzkohl abtropfen lassen und gut ausdrücken. Möhren und Mayonnaise-Mischung mit dem Spitzkohl gründlich vermischen.

Den Salat mit Salz, etwas Zucker, Paprikapulver und Zitronensaft abschmecken.

Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, im Bratschlauch noch etwas ruhen lassen.

Einen Grill für geschlossenes, indirektes Garen auf mittlere Hitze vorheizen. Alternativ den Ofengrill auf niedrigste Stufe, bzw. Oberhitze des Backofens auf 160 Grad aufheizen.

Das Fleisch auspacken, auf dem heißen Grill unter gelegentlichem Wenden weitere ca. 30–45 Minuten garen und rundum knusprig rösten. (Im Ofen auf unterster Stufe grillen, Garzustand öfter prüfen)

Den Coleslaw nochmals abschmecken. Fleisch vor dem Anschneiden kurz ruhen lassen, dann quer zur Fleischfaser aufschneiden und zum Coleslaw servieren.

Frank Buchholz am 15. Juni 2018