

Grill-Spezialitäten

Für 4 Personen

Für die Spareribs:

1 kg Spareribs	Salz	2 EL Sojasauce
2 EL Honig	1 TL Curry	2 EL Essig
1 EL Fünf-Gewürze-Pulver	1 TL Pfeffer	

Für die Rumpsteaks:

2 TL Pfefferkörner	1 TL Szechuanpfeffer	2 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 TL Paprikapulver
200 ml Olivenöl	4 Rumpsteaks à 150 g	

Für die Hähnchenbrüste:

2 TL scharfer Senf	2 EL Weißweinessig	4 EL Weißwein
4 Hähnchenbrustfilets	Salz	Pfeffer
Öl		

Für den Tomatendip:

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 rote Peperoni
2 EL Olivenöl	2 EL Tomatenmark	400 g Pelati-Tomaten
2 EL Balsamico	2 EL Honig	Salz
Pfeffer		

Für den Kräuterdip:

1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Koriander	1 EL Pinienkerne
15 g Parmesan	1 Knoblauchzehe	Salz
40 ml Olivenöl	60 g Crème-fraîche	

Die Spareribs so zuschneiden, dass möglichst gleichmäßige Stücke entstehen, die man nach dem Kochen in nahezu gleich lange Stücke schneiden kann.

Fleischstücke in einem Topf mit Salzwasser ca. 1 Stunde kochen und im Wasser erkalten lassen. Spareribs herausnehmen, abtrocknen und in grillgerechte Stücke schneiden.

Für die Marinade Sojasauce, Honig, Curry, Essig, Fünf-Gewürze-Pulver und Pfeffer gut vermischen. Spareribs damit einstreichen und über Nacht in der Marinade ziehen lassen.

Kurz vor dem Grillen die Spareribs aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und auf dem Grill langsam von allen Seiten braten.

Für die Rumpsteak-Marinade Pfefferkörner und Szechuanpfeffer in einem Mörser zerstoßen. Knoblauch schälen und fein schneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und die Kräuterzweige grob zerkleinern.

Gemörserten Pfeffer mit Knoblauch, Paprikapulver und Kräuterzweigen mit dem Olivenöl in einer flachen Schale zu einer Marinade mischen.

Die Rumpsteaks in der Kräutermarinade 1 Stunde einlegen.

Anschließend das Fleisch aus der Marinade nehmen, überschüssige Marinade gut abtropfen. Steaks auf dem Grill oder in einer Pfanne von beiden Seiten braten.

Für die Hähnchenbrust-Marinade Senf mit Essig und Weißwein verrühren, die Hähnchenbrustfilets damit bestreichen, in eine flache Form oder einen tiefen Teller legen und abgedeckt 5 Stunden kaltstellen.

Die marinierten Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen. Grillrost oder Pfanne mit etwas Öl austreichen. Die Filets darin unter Wenden goldbraun und gar grillen.

Für den Tomatendip die Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Peperoni waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und die Peperoni fein ha-

cken.

In einem Topf Olivenöl erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Peperoni darin anschwitzen. Tomatenmark zugeben und kurz mit anschwitzen.

Dann die Tomaten zugeben, kurz pürieren und aufkochen.

Balsamico und Honig untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Alles ca. 20 Minuten offen leicht köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Zum Schluss abschmecken. Der Tomatendip schmeckt lauwarm und kalt.

Für den Kräuterdip Petersilie und Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Parmesan fein reiben, Knoblauch schälen und grob schneiden.

Kräuterblätter, Pinienkerne, Parmesan, Knoblauch, etwas Salz, Olivenöl und Crème fraîche in einen Mixer geben, fein pürieren und abschmecken.

Sören Anders am 15. Mai 2020