

# BBQ mit Fleisch, Gemüse und Sauce

## Für 4 Portionen

200 g Grillfleisch

### Gemüse:

40 g Butter	400 g kleine Kartoffeln	300 g Karotten
300 g bunte Paprika	200 g Aubergine	100 g Crème fraîche
400 ml Gemüsefond	1 TL Mehl	2 EL Tomatenmark
2 EL süßsaure Chili-Sauce	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
1 Prise Pfeffer	1 Prise Salz	

### Soße:

50 ml Rotwein	50 ml Ketchup	1 EL Essig
1 EL Zucker	1 EL Worcestersauce	2 TL Zitronensaft
$\frac{1}{2}$ TL Cayennepfeffer	120 g Zwiebeln	1 Tasse Kaffee
1 Prise Pfeffer	1 Prise Salz	

### BBQ-Fleisch:

Kaufen Sie generell nur Grillfleisch von guter Qualität, am besten beim Metzger ihres Vertrauens. Rindfleisch sollte intensiv rot sein, Schweinefleisch sollte ein kräftiges Rosarot aufweisen, Kalbfleisch wiederum ein eher helles zartes Rosa und Lammfleisch sollte hellrot sein.

### BBQ-Gemüse:

Das Gemüse putzen und schälen. Den Gemüsefond zum Kochen bringen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln dazugeben und zugedeckt 15 Minuten garen. Nach fünf Minuten die Möhren und Auberginen dazugeben. Zehn Minuten später die Paprika mitgaren. Das gegarte Gemüse abgießen. Den Fond dabei auffangen. Butter in einem Topf zerlassen. Mehl und Tomatenmark darin anschwitzen und nach und nach mit dem aufgefangenen Fond ablöschen. Unter Rühren fünf Minuten kochen lassen. Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Crème fraîche unter die Sauce rühren und mit Chilisauce, Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Das Gemüse in die Sauce geben und kurz erwärmen. Zuletzt mit Petersilie bestreuen.

### BBQ-Sauce:

Zwiebeln putzen, fein würfeln und in Öl anschwitzen. Danach Wasser, Ketchup, Rotwein, Worcestersauce, Essig, Kaffee, Zucker, Butter und Zitronensaft hinzugeben. Langsam aufkochen lassen, Hitze reduzieren und für 10 bis 15 Minuten weiter kochen lassen.

### Tipp:

Statt Kaffee kann man auch 1 EL Instant-Kaffee verwenden.

Frank Rosin am 13. September 2014