



B E A N S

. w i r k o c h e n

das Menu

Grillabend vom 12. August 2005 von peter und dany

Oliven-Focaccia und getrockneten Tomaten mit Ziegenkäse

Pouletflügeli (Spicy Chicken Wings) auf Linsen

Garnelen im Basilikum mit Salat

Grillierte Schweinsfilet-Rolle mit Gemüse und Chips

Schoggi - Banane mit Fruchtsalat "Caipirinha"

die Weine

ESPORÃO RESERVA 2001 weiss

Balino 2002 Vdt Ticino rot

Châteauneuf-du-Pape Domain de la Solitude rot

Barolo Reserva 1998 PIRA

ALTOS LAS HORMIGAS Reserva 1998

Chateau Longueville au Baron de Pichon-Longueville Pauillac 1989

der Aperitif 1

Oliven-Focaccia

Rezept fuer 8 Personen zum Aperitif oder Beilage

500 g Mehl
1 Würfel Frischhefe (42 g)
ca. 2 ½ dl lauwarmes Wasser
½ TL Salz
2 EL Olivenöl (1)
50 g grüne oder Schwarze Oliven entsteint
1 Rosmarinzweig
4-5 EL Olivenöl (2)
evt. 1 getrocknete Chilischoten
etwas grobes Meersalz
Backpapier

Mehl in eine Schüssel sieben und in der Mitte eine Vertiefung für die Hefe-Wasser Mischung anbringen. Das ganze zu einem dicken Teig anrühren.

Die Oliven in hälften schneiden, den Teig salzen, restliches Wasser und Olivenöl (1) sowie die Oliven beifügen. Alles zu einem glatten, elastischen, weichen Teig kneten.

Den Teig auf wenig Mehl in der Grösse des Backbleches auswallen und hineingeben. Die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und darüber streuen. Eventuell die Chilischoten im Mörser fein zerdrücken und über die Focaccia geben. Alles mit groben Salz bestreuen.

Im Ofen auf 220 Grad vorgewärmt die Focaccia auf der untersten Rille 20.25 Min. backen. Herausnehmen, mit Olivenöl (2) beträufeln und möglichst frisch geniessen.

der Aperitif 2

Getrocknete Tomaten mit Ziegenkäse

Rezept fuer 8 Personen zum Aperitif oder Beilage

12 Tomaten
Olivenöl zum Beträufeln
4 Rosmarinzweige
8 Thymianzweige
4 Knoblauchzehen
200 g Ziegenkäse z.B. Tendre Büche
Puderzucker zum Bestäuben
Backblech

Tomaten kreuzweise einschneiden. In kochendes Wasser tauchen um die Haut zu lösen. Eiskalt abschrecken und die Haut abziehen. Vierteln und entkernen. Die Fruchtfleischviertel auf einem Blech verteilen.

Ofen auf 100 Grad vorheizen, Öl auf die Tomaten geben. Thymian und Rosmarin direkt auf die Tomaten zupfen. Alles mit Puderzucker bestäuben. Mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Std. in der Ofenmitte trocknen.

Zum servieren Knoblauch feine Scheiben, Käse in Stücke schneiden und auf die Tomaten verteilen. Nochmals 5 Min. in den Ofen. Herausnehmen mit Öl und Kräuter nochmals garnieren.

die Vorspeise 1

Pouletflügeli (Spicy Chicken Wings) mit Linsen

Rezept fuer 8 Personen

1kg	Pouletflügeli
Olivenöl	
4	Knoblauchzehen
8 EL	Ketchup
4 EL	Essig
4 EL	Limonen (Saft)
Paprika, Cayennepfeffer, Honig, brauner Zucker, Salz und Pfeffer, evt. Tabasco	
300 g	Linsen getrocknet
2	Schalotten fein gehackt
2 EL	Butter
8 dl	Gemüsebouillon
2 TL	grobkörniger Senf
2 EL	Doppelrahm
3 Bund	Radieschen

Poulet:

Kurz waschen und trocken tupfen. In eine Schüssel mit Olivenöl und Salz umrühren.

Poulet bei mittlerer Hitze 15 Min. grillieren.

In der Zwischenzeit aus Ketchup, Essig, Limonensaft, den zerdrückten Knoblauchzehen, Zucker und Honig die Barbecue Saucen mischen, mit Paprika, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Tabasco abschmecken. Die Flügel damit bestreichen. Wiederholen. TIPP: Löschen Sie die Kohle mit Bier oder einem Schuss Essig. Das gibt den Chicken Wings den unverkennbaren Geschmack.

Linsen:

Kurz mit Wasser abbrausen. Die Schalotten mit Butter andünsten. Linsen beifügen mit der Gemüsebouillon ablöschen und auf kleinem Feuer 25-30 Min. köcheln. Überflüssige Flüssigkeit abgiessen und die Linsen mit Senf und Doppelrahm sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Radieschen vierteln, leicht salzen und mitservieren.

die Vorspeise 2

Garnelen im Basilikum auf Salat

Zutaten für 8 Personen

24 Riesengarnelen, geschält (frisch oder tiefgekühlt)

8 Fleischtomaten

Für das Basilikumöl:

4 Knoblauchzehen

8 EL feingehackte Basilikumblätter

16 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer

4 Alu-Grillschalen

Die Riesengarnelen waschen und den vielleicht noch vorhandenen schwarzen Darm entfernen. Dazu die Garnelen entlang der dicken Seite in der Mitte mit einem Messer vorsichtig einritzen. Den Darm mit den Fingern herausziehen.

Garnelen Trockentupfen. Die Tomaten waschen, Stielansätze entfernen. Die Tomaten in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Für das Basilikumöl die Knoblauchzehen schälen und durch die Presse drücken. In einer großen Frischhaltebox mit dem Basilikum und dem Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Auf dem Grillplatz angekommen: Die Garnelen und die Tomaten nacheinander noch mal in dem Öl wenden, etwas abtropfen lassen und auf Alu-Grillschalen verteilen. Tomaten und Garnelen auf dem vorgeheizten Grill von jeder Seite 3–4 Min. garen.

Mit dem restlichen Basilikumöl beträufeln. Dazu passt frisches Weißbrot.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Grillzeit: 8 Minuten

Tipp: Versuchen Sie auch einmal eine exotischere Variante des gewürzten Olivenöls: Vermischen Sie 4 EL feingehackten, frischen Koriander, 8 EL Olivenöl und 1 TL geriebene oder sehr fein gehackte Ingwerwurzel. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und wie im obenstehenden Rezept fortfahren.

der Hauptgang

Grillierte Schweinsfilet Rolle mit Gemüse und Chips

Rezept fuer 8 Personen

Marinade

4 EL Öl
4 Knoblauchzehen gepresst
4 Grosse Salbeiblätter
Pfeffer aus der Mühle

3 Schweinsfilet (je c. 400 g)
10 Tranchen Frühstücksspeck (ca. 100 g)
70 g in Öl eingelegte Tomaten, abgetropft
12 grosse Salbeiblätter
8 Tranchen Rohschinken (ca. 80 g)

Marinade zubereiten, die Hälfte zugedeckt kühl stellen.

Fleisch in Tiefkühlbeutel legen, restliche Marinade dazugießen, Luft herausdrücken, Beutel satt am Fleisch verschliessen. Das Ganze sorgfältig kneten, bis das Fleisch mit Marinade bedeckt ist. Im Kühlschrank ca. 12 Std. marinieren.

Fleisch ca. 2 Std. vor dem Grillieren herausnehmen. Marinade abstreifen, Fleisch salzen. Filets zu einer Rolle binden.

Filets zusammenbinden:

10 ca. 40 cm lange Stücke Küchenschnur parallel auslegen, Specktranchen versetzt darauf ausbreiten. 2 Filets gegengleich nebeneinander drauflegen, Tomaten und Salbei, dann Rohschinken drauflegen. Filets mit Speck umwickeln, mit Küchenschnur satt zu einer Rolle binden.

Holzkohlegrill: Fleisch auf den Rost über die Tropfschale legen. Zugedeckt rundum ca. 15 Min. über starker Glut anbraten, Fleischthermometer einstecken, 30-40 Min. bei schwacher Hitze grillieren, bis die Kerntemperatur von 75 Grad erreicht ist. Fleisch 1-2 mal wenden, mit der beiseite gestellten Marinade bestreichen. Braten vom Grill nehmen, vor dem Tranchieren zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen.

Gas- oder Elektrogrill: Braten zugedeckt rundum 15 Min. auf höchster Stufe (ca. 250 Grad) anbraten. Zugedeckt auf niedriger Stufe (ca. 150 Grad) ca. 35 Min. fertig grillieren.

Grillgemüse und Chips

Holzspiesse
Evt. Aluschalen Alufolie
Olivenöl
Salz und Pfeffer
Kräuter zum garnieren
6 Grosse Kartoffeln

Gemüse

Verschiedene Gemüse, Mais, Peperoni, Zucchini, Zwiebeln, Knoblauch u.s.w. kann vorgekocht werden. Danach mit Holzspieß grillieren mit Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken und mit frischen Gartenkräuter garnieren.

Variante Alufolie: Gemüse mit Olivenöl und z.B. mit Ziegenkäse in Folie einpacken und grillieren. Mit frischen Gartenkräuter garnieren.

Chips

Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Mit Salz und Öl zu auf dem Grill zu Chips grillieren.

die Nachspeise

Schoggi - Banane mit Fruchtsalat "Caipirinha"

Rezept 10 Personen

10 kleine Bananen
2 Schokoladen dunkel oder hell

Die Bananen werden ungeschält längs aufgeschnitten mit Schokolade gefüllt und auf dem Grill warm gemacht oder direkt ins heisse Feuer gelegt.

6 Limetten
60g Rohzucker
1 dl Cachaça oder weisser Rum
8 Zweige Pfefferminze
Saisonfrüchte nach Belieben

Für den Caipirinhasaft Limetten auspressen. Saft mit Zucker und Cachaça mischen. Herzblätter der Minze beiseite legen. Rest fein schneiden. Früchte dekorativ in mundgerechte Stücke schneiden. Mit dem Caipirinha-Saft mischen. Bis zum Servieren kühl stellen. Auf Tellern oder in Schalen anrichten. Mit Minze garnieren.

Cachaça (sprich Kaschassa) ist ein Schnaps aus dem vergorenen Saft des noch grünen Zuckerrohrs.
Er ist fruchtiger und leichter als Rum.

Zubereitungszeit 15 Min.