



WEBER'S: STEAK

Inhalt

- 4 VORWORT**
- 6 GRUNDLAGEN DES GRILLENS**
- 14 STEAK-REZEPTE**
- 110 BEILAGEN**
- 126 WÜRZMISCHUNGEN**
- 129 MARINADEN**
- 132 SAUCEN**
- 134 GRILL-KOMPASS STEAKS**
- 136 GRILL-KOMPASS GEMÜSE**
- 138 SICHERHEITSHINWEISE**
- 140 REZEPTE-REGISTER**
- 144 IMPRESSUM**

Grundlagen des Grillens

WORAUF MAN BEI STEAKS ACHTEN SOLLTE

Nur der Geschmack zählt.

MARMORIERUNG

Steakfleisch sollte von einer üppigen, aber feinen milchig-weißen Marmorierung, dem intramuskulären Fett, durchzogen sein. Vermeiden Sie Fleisch mit nur minimaler oder bräunlich-gelblicher Fetteinlagerung (ein Zeichen für älteres, zähes Fleisch). Ebenso Stücke mit großen Fetteinschlüssen. Das feine intramuskuläre Fett schmilzt beim Grillen und macht das Steak saftig und aromatisch. Große Fettklumpen hingegen schmecken nicht und führen darüber hinaus auch zu Flammenbildung.

FARBE

Das Fleisch sollte eine helle Rosa- oder Rotfärbung aufweisen. Ist es dunkelrot oder bräunlich, stammt es möglicherweise von einem Milchrind. Das Fleisch hat wenig Geschmack und ist zäh.

FEUCHTIGKEITSGEHALT

Die Fleischoberfläche sollte feucht, aber nicht nass oder klebrig sein. Achten Sie bei verpackten Steaks darauf, dass sie nicht in zu viel



Flüssigkeit liegen. Das könnte ein Hinweis darauf sein, dass das Fleisch tiefgekühlt und wieder aufgetaut wurde.

AMERICAN BEEF

Produzenten in den USA können ihr Fleisch gegen eine Gebühr vom amerikanischen Landwirtschaftsministerium (USDA) klassifizieren lassen. Dabei erfolgt die Bewertung von Rindfleisch ausschließlich nach dem Grad der Marmorie-

rung. Im Unterschied zu EU-weiten Vorschriften, die den gesamten Schlachtkörper nach seiner Fleischigkeit und Fettabdeckung klassifizieren. Nur etwa zwei Prozent des klassifizierten Rindfleischs in den USA erhält die Höchstnote »prime«. Die zweithöchste Bewertung ist »choice«, sie steht für schöne Marmorierung und zartes Fleisch. Steaks mit der Bewertung »select«, sollten Sie meiden, das Fleisch ist wahrscheinlich zu trocken und zäh.

WAS SIE WISSEN MÜSSEN

Sobald Sie sich für ein bestimmtes Steak entschieden haben, sollten Sie sieben einfache Regeln beherzigen, die zum Gelingen eines perfekt gegrillten Steaks beitragen.

ZIMMERTEMPERATUR

ANNEHMEN LASSEN Holen Sie 15–30 Min. vor dem Grillen das Steak aus dem Kühlschrank, und lassen Sie es Zimmertemperatur annehmen. Dadurch entspannen sich die Fleischfasern und das Steak ist nach dem Grillen zart. Zimmerwarme Steaks garen darüber hinaus schneller als kühl-schrankkalte, was beim Fleisch zu weniger Verlust von Fleischsaft während des Grillens führt.

DÜNNER FETTRAND Eine dünne Fettschicht am Rand des Steaks stehen zu lassen bringt zusätzlichen Geschmack. Aber nicht übertreiben: ½ Zentimeter reicht aus, mehr Fett fördert lediglich die Flammenbildung.

DÜNNE ÖLSCHICHT Auf den ersten Blick erscheint es vielleicht überflüssig, ein gut marmoriertes Steak zusätzlich mit Öl zu bestreichen. Doch es verhindert,

dass das Fleisch am Grillrost haften bleibt. Eine dünne Schicht Olivenöl reicht hierfür aus. Ölen Sie nie den Grillrost ein! Es würde auf den heißen Metallstreben verbrennen und einen unerwünschten, bitteren Geschmack erzeugen.

RICHTIG SALZEN Wenn Sie ein Steak ohne Rezeptanleitung zubereiten, sollten Sie es erst 15–30 Min. vor dem Grillen salzen. Das Salz vermischt sich in dieser Zeit mit dem Fleischsaft und erzeugt während des Grillens eine herrliche Kruste. Salzt man das Steak jedoch zu früh, entziehen die Salzkristalle dem Fleisch möglicherweise zu viel Flüssigkeit. Grobes Meersalz mit seinen größeren Kristallen und seinem reinen Geschmack ist das Salz der Wahl, denn es löst sich nicht so schnell auf.

NICHT AUS DEN AUGEN LASSEN Außer bei sehr dicken Zuschnitten benötigen die meisten Steaks weniger als 10 Min. Grillzeit. Sie sollten also nicht mit anderen Dingen beschäftigt sein, während Ihr Steak auf dem Rost liegt. Üblicherweise legt man das Fleisch zum kräftigen Anbraten über direkte starke Hitze. Stellen

Sie vorher sicher, dass die Glut die richtige Temperatur hat und der Grillrost wirklich sauber ist. Anschließend wird das Steak je nach seiner Dicke über direkter oder indirekter Hitze fertiggegrillt (auf Seite 134 finden Sie die empfohlenen Garzeiten und Grillarten). Während des Grillens sollte der Deckel geschlossen sein, damit keine Hitze verloren geht – was die Garzeit verlängern würde.

KEINE GABEL VERWENDEN

Fleischgabeln helfen, große Bratenstücke vom Grill zu heben. Zum Wenden von Steaks oder gar zum Prüfen des Gargrads eignen sie sich nicht. Der Fleischsaft würde durch das Einstechen mit der Gabel austreten und das Steak trocken machen. Nehmen Sie zum Wenden und Umplatieren der Steaks besser eine gute Grillzange.

RUHEN LASSEN Die fertigen Steaks vom Grill nehmen und unbedingt 3–5 Min. ruhen lassen. In dieser Zeit kann sich der Fleischsaft, der sich während des Garens im Kern angesammelt hat, wieder im gesamten Fleisch verteilen. Das Steak ist danach durch und durch saftig.

RIB-EYE-STEAKS

MIT CHILIBUTTER

ZUBEREITUNGSZEIT: 15 Min.

GRILLZEIT: 6–8 Min.

Für die Würzbutter

- 60 g weiche Butter
- 1 EL fein gehackte Chipotle-Schoten
in Adobo-Sauce (getrocknete, geräucherte
Jalapeño-Chilis aus der Dose)
- 1 TL brauner Zucker
- ¼ TL grobes Meersalz

Für die Würzmischung

- 2 TL grobes Meersalz
 - 1½ TL reines Chilipulver (vorzugsweise
Ancho-Chilipulver)
 - 1 TL ungesüßtes Kakaopulver
 - ½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer
 - ½ TL brauner Zucker
- 4 Rib-Eye-Steaks (je etwa 300 g schwer und
2,5 cm dick), überschüssiges Fett entfernt
Olivenöl

1. In einer mittelgroßen Schüssel die Zutaten für die Würzbutter verkneten.
2. Den Grill für direkte starke Hitze (230–290 °C) vorbereiten (siehe Seite 10–11).
3. In einer kleinen Schüssel die Zutaten für die Würzmischung vermengen. Steaks auf beiden Seiten dünn mit Öl bestreichen und gleichmäßig mit der Würzmischung einreiben. Vor dem Grillen 15–30 Min. Zimmertemperatur annehmen lassen.
4. Den Grillrost mit der Bürste reinigen. Die Steaks über **direkter starker Hitze** bei geschlossenem Deckel bis zum gewünschten Gargrad grillen (6–8 Min. für rosa/rot bzw. medium rare), dabei ein- bis zweimal wenden. Bei Flammenbildung vorübergehend über indirekte Hitze legen. Vom Grill nehmen, jeweils etwas Chilibutter daraufsetzen und 3–5 Min. ruhen lassen. Warm servieren.

FÜR 4 PERSONEN



SKIRT-STEAKS IN BALSAMICO UND ROSMARIN

MIT KNUSPRIGEN KARTOFFELN UND OLIVEN-AIOLI

ZUBEREITUNGSZEIT: 45 Min.

MARINIERZEIT: 30 Min.–2 Std.

GRILLZEIT: 4–6 Min.

Für die Marinade

75 ml Aceto balsamico

60 ml Olivenöl

4 EL gehackte frische Rosmarinnadeln

1 kg Skirt-Steak (aus dem Rinderzwerchfell geschnitten; 1,5–2 cm dick), überschüssiges Fett entfernt, in 30 cm lange Stücke geschnitten

Für die Kartoffeln

Grobes Meersalz

500 g kleine neue Kartoffeln

2 EL Olivenöl

Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für die Aioli

125 ml Mayonnaise

1 EL schwarze Olivenpaste (Tapenade)

1 TL frisch gepresster Zitronensaft

1 TL fein gehackter Knoblauch

1. Die Zutaten für die Marinade in einer großen Glas- oder Edelstahlschüssel verrühren. Steakfleisch hineinlegen, in der Marinade wenden und die Marinade mit den Händen kräftig ins Fleisch massieren. Abgedeckt mind. 30 Min. und bis zu 2 Std. im Kühlschrank marinieren.

2. Einen großen Topf mit Wasser füllen und das Wasser kräftig salzen (1 EL Salz pro Liter Wasser). Die ungeschälten Kartoffeln einfüllen, aufkochen und die Kartoffeln je nach Größe in 20–30 Min. weich kochen. Abgießen und etwas abkühlen lassen. Die Kartoffeln mit der Unterseite einer kleinen Pfanne behutsam auf etwa 2 cm Dicke flach drücken, anschließend rundherum mit Öl bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen.



Die Kartoffeln weich kochen, anschließend wie abgebildet flach drücken und zusammen mit den Steaks braun und knusprig grillen.



3. Die Zutaten für die Aioli in einer mittelgroßen Schüssel glatt rühren. Abdecken und bis zum Servieren kalt stellen.
4. Den Grill für direkte starke Hitze (230–290 °C) vorbereiten (siehe Seite 10–11).
5. Das Steakfleisch aus der Marinade nehmen, die Marinade weggießen. Die Stücke mit Küchenpapier trockentupfen, gleichmäßig salzen und pfeffern. Den Grillrost mit der Bürste reinigen. Das Fleisch über *direkter starker Hitze* bei geschlossenem Deckel bis

zum gewünschten Gargrad grillen (4–6 Min. für rosa/rot bzw. medium rare), dabei ein- bis zweimal wenden. Bei Flammenbildung vorübergehend über indirekte Hitze legen. Gleichzeitig die Kartoffeln etwa 5 Min. grillen, dabei einmal wenden, bis sie schön gebräunt und knusprig sind. Alles vom Grill nehmen. Fleisch 3–5 Min. ruhen lassen, anschließend quer zur Faser in 5 mm dünne Scheiben schneiden. Mit Kartoffeln und Aioli warm servieren.

FÜR 4 PERSONEN

Würzmischungen

Arizona-Würzmischung

ERGIBT: etwa 4 EL

- 2 TL reines Chilipulver
- 2 TL Knoblauchgranulat
- 2 TL Paprikapulver
- 2 TL grobes Meersalz
- 1 TL gemahlene Koriandersamen
- 1 TL gemahlene Kreuzkümmelsamen
- 1 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Espresso-Chili-Würzmischung

ERGIBT: etwa 4 EL

ZUBEHÖR: **Gewürzmühle**

- 2 EL dunkel geröstete Kaffee- oder
Espressobohnen
- 2 TL Kreuzkümmelsamen, geröstet
- 1 EL reines Chilipulver
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL grobes Meersalz
- 1 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Kaffeebohnen und geröstete Kreuzkümmelsamen in einer Gewürzmühle fein mahlen. In einer kleinen Schüssel mit den übrigen Zutaten vermischen.

Karibik-Würzmischung

ERGIBT: etwa 4 EL

- 1 EL Vollrohrzucker
- 1 EL Knoblauchgranulat
- 1 EL getrockneter Thymian
- 2¼ TL grobes Meersalz
- ¾ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ¾ TL gemahlener Piment

Cajun-Gewürz

ERGIBT: etwa 3 EL

- 2 TL gehackte frische Thymianblättchen
- 1½ TL grobes Meersalz
- 1 TL Knoblauchgranulat
- 1 TL Zwiebelgranulat
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Vollrohrzucker
- ¾ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ¼ TL Cayennepfeffer

Estragon-Würzmischung

ERGIBT: etwa 4 EL

- 1½ EL getrockneter Estragon
- 2½ TL grobes Meersalz
- 2 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1½ TL getrockneter Thymian
- 1 TL gerebelte Salbeiblätter

Marinaden

Marinaden entfalten ihre Wirkung langsamer als Würzmischungen, aber sie können tiefer ins Fleisch eindringen. Die meisten Marinaden enthalten eine säurehaltige Flüssigkeit und Öl sowie verschiedene Kräuter und Gewürze. Wenn ein bestimmtes Stück Fleisch nicht genügend Eigengeschmack mitbringt, gleichen diese Zutaten fehlende Aromen aus. Ebenso können Marinaden dem Grillgut eine landestypische Note verleihen.

WIE LANGE EINWIRKEN LASSEN?

Die angemessene Einwirkzeit hängt von der Art der Marinade und dem jeweiligen Grillgut ab. Dessen Eigenaroma wird beispielsweise durch kräftige Sojasauce, hochprozentigen Alkohol, Chili oder andere scharfe Gewürze auf Dauer unter Umständen völlig übertönt. Zudem kann eine Marinade, die zu lange einwirkt, die Fleischoberfläche regelrecht zersetzen oder austrocknen. Hier einige allgemeinen Richtwerte:

15–30 MIN.	Fleischwürfel für Spieße
1–3 STD.	Steaks
2–6 STD.	Braten
6–12 STD.	Große oder robustere Fleischstücke

HINWEIS

Marinaden wirken schneller bei Zimmertemperatur. Muss das Fleisch jedoch länger als 30 Min. marinieren, stellen Sie es in den Kühlschrank.

TIPPS

Säurehaltige Marinaden erfordern Gefäße aus säurefestem Material. Dazu zählen Plastik, Glas, Keramik oder Edelstahl. Andere Metalle, auch Aluminium, reagieren mit Säuren und geben den Lebensmitteln einen metallischen Geschmack. Sehr praktisch sind wiederverschließbare Plastikbeutel. Diese so in eine Schüssel setzen, dass die Marinade nach oben gedrückt wird und das Fleisch komplett bedeckt. Bei weniger Flüssigkeit den Beutel häufiger wenden.

Marinaden, die mit rohem Fleisch in Kontakt waren, entweder weggießen oder aber mindestens 1 Min. kochen lassen, um schädliche Bakterien zu vernichten. Eine gekochte Marinade kann oft noch gut zum Bestreichen während des Garens verwendet werden.

Sollten Sie einmal sehr unter Zeitdruck stehen, können Sie auch fertiges italienisches Salatdressing, das es in jedem Supermarkt gibt, als Marinade für Ihr Fleisch verwenden. Es schmeckt tatsächlich ziemlich gut.

STEAK



- **Das neue Standardwerk rund ums Thema Steak grillen.** Mit über 60 Steak-Grillrezepten für jeden Geschmack. Darunter eine Reihe von klassischen und unverfälschten Ideen für die besten Steakschnitte wie Porterhouse-Steaks mit Sauce béarnaise oder Rib-Eye-Steaks mit Rotweinsauce. Aber auch für mehr Pep auf dem Grill ist gesorgt mit Skirt-Steak-Fajitas mit Chili-Salsa oder Filet-Mignon-Crostini mit Zwiebelconfit und Meerrettichcreme.
- **Rezepte für passende Beilagen, Marinaden, Gewürzmischungen und Saucen.** Weitere ca. 50 Rezepte machen Lust, gegrillte Steaks ohne viel Aufwand mit leckeren Beilagen zu ergänzen oder mit abwechslungsreichen Aromen aufzupeppen.
- **Experten-Know-how.** Mit Weber's Spezial-Tipps sowie den Grillgrundlagen und neuesten Techniken zur perfekten Zubereitung auf dem Holzkohle- und Gasgrill. Inklusive praktischen und übersichtlichen Tabellen für Marinier- und Grillzeiten der unterschiedlichen Steakschnitte sowie einem zusätzlichen Gemüse-Grill-Guide für noch mehr Abwechslung auf dem Grill.



G|U

WG 455 Themenkochbücher

ISBN 978-3-8338-2285-8



9 783833 822858

€ 14,99 [D]

€ 15,50 [A]

www.gu.de