

MEATHEAD GOLDWYN

mit Prof. Dr. Greg Blonder
und einem Vorwort von J. Kenji López-Alt

DIE WISSENSCHAFT DES GRILLENS



riva

INHALT

Vorwort von J. Kenji López-Alt	13	Die Suche nach dem blauen Rauch	35
Willkommen!	14	Irrtum: Wichtig ist, dass Holz und Fleisch übereinstimmen.	36
Kontakte	15	Rauchbomben	37
1. DIE WISSENSCHAFT VON DER HITZE	16	Irrtum: Gewässerte Holzchips und Chunks liefern eine optimale Menge an Rauch.	38
Die Magie von Infrarot	19	Fehlerbehebung durch Chips und Chunks	39
Wie die Wärme im Fleisch wandert	21	Räuchern mit Kräutern	39
Irrtum: Die Übergartemperatur beträgt immer 9 bis 10 °C.	22	3. SOFTWARE	40
Auswirkungen von Siedetemperaturen aufs Garen	22	Die Zusammensetzung von Fleisch	42
Irrtum: Fleisch muss nach dem Garen immer eine gewisse Zeit ruhen.	23	Schnell- und langsam- kontrahierende Muskelfasern	43
Zwei-Zonen-Steuerung und indirektes Garen	24	Irrtum: Rosa Fleischsaft ist Blut.	44
Wann man einen Deckel auflegen sollte	25	Fleischkauf	44
2. RAUCH	26	Zartheit von Fleisch	45
Wie Rauch das Fleisch aromatisiert	28	Irrtum: Fleisch sollte vor der Zubereitung Raumtemperatur annehmen.	45
Irrtum: Kreosot im Rauch muss unbedingt vermieden werden.	30	Saftigkeit des Fleisches	48
Rauch und Lebensmittel	30	Irrtum: Beim Braten wird der Fleischsaft im Inneren eingeschlossen.	48
Der Rauchring	31	Was Sie über Salz wissen sollten	48
Irrtum: Je mehr Rauch man sehen kann, desto besser.	31	Dosierung verschiedener Salze	50
Holz kaufen	32	Pökeln	50
Irrtum: Nach mehr als 1 Stunde nimmt Fleisch keinen Rauch mehr auf.	32	Irrtum: Beim Pökeln gelangt das Salz durch Osmose ins Fleisch.	51
Irrtum: Ein Rauchring entsteht durch viel Rauch.	33	Achtung beim Pökeln: Die Gefahr des Übersalzens	52
Welches Holz?	35	Rubs und Gewürzmischungen	53
		Irrtum: Beim Einmassieren von Rubs raut die Oberfläche auf und der Fleischsaft läuft heraus.	54

Injektion: Kein Warten, optimale Verwertung, mehr Geschmack	54	Irrtum: Nachsehen verlangsamt den Garprozess.	78
Irrtum: Ein Rub zieht optimal ein, wenn das eingeriebene Fleisch in Folie eingewickelt über Nacht ruhen kann.	55	Das Garen von mehreren großen Fleischstücken gleichzeitig	79
Geheimnisse und Mythen rund um Marinaden	56	Heute kochen, morgen servieren	80
Irrtum: Marinade dringt tief ins Fleischinnere ein.	57	Reste einfrieren und wieder auftauen	81
Warum Grillfans Krusten, das Karamellisieren und die Maillard-Reaktion lieben	59	Eine Herausforderung für Hersteller von Gasgrills	81
Die Fettschicht: wegschneiden oder dranlassen?	60	Gemüse und Obst grillen	83
Irrtum: Die Fettschicht schmilzt und macht dabei das Fleisch saftiger.	61	Grillwettbewerbe	84
Wann ist welche Temperatur zum Garen die richtige?	62	4. HARDWARE	86
Meistern Sie die zwei Temperaturen	63	Holzkohलगrill vs. Gasgrill	88
Welche Faktoren beeinflussen die Garzeit?	65	Was beim Kauf eines Grills zu beachten ist	91
Ein Ersatz-Cambro sorgt für zeitlichen Spielraum	66	Wie Sie 50 Prozent Rabatt erhalten	92
Tabelle für Temperaturen bei Nahrungsmitteln	67	Das »Grillthermometer«	93
Irrtum: Bei rosa Schweinefleisch besteht Trichinosegefahr.	68	Kauf eines Gasgrills	95
Irrtum: Hähnchen immer garen, bis der Fleischsaft klar ist.	70	Was versteht man unter Propan- und Erdgas?	96
Die perfekte Maillard-Bräune	70	Wie steht es mit Elektrogrills?	97
Wie Knochen den Garprozess beeinflussen	71	Irrtum: Je höher die Wärmeenergie- leistung, umso heißer der Grill.	98
Irrtum: Fleisch ist verzehrsicher, wenn es nicht mehr rosa ist.	71	Kauf eines Holzkohलगrills	99
Irrtum: Grillstreifen sind Indizien für Geschmack.	73	Kauf eines Holzfeuergrills	99
Was läuft da aus meinem Lachs oder Burger?	74	Kauf eines tragbaren Grills	100
Die gefürchtete Stagnationsphase	74	Kauf eines Smokers	101
Irrtum: Das Fleisch möglichst wenig wenden!	76	Die Ausstattung eines Smokers	101
Bestreichen und Beträufeln	77	Edelstahl ist nicht gleich Edelstahl	105
Strategien für die Verwendung von Barbecue-Saucen	78	Großgeräte, gewerbliche und auf Anhängern montierte Geräte	109
		Das wichtigste Werkzeug: ein Thermometer	111
		Überlegen Sie sich den Kauf eines Einbaugrills oder -smokers genau	111

Verlängerungskabel für Pellet-Smoker, Elektro-Smoker und -grills	112	Vorsicht bei extremen Wetterlagen!	139
Irrtum: Man kann die Temperatur des Grills herausfinden, indem man die Hand darüberhält.	113	Gebrauch des Holzkohलगrills	140
Irrtum: Um die Garstufe von Fleisch festzustellen, vergleicht man seine Elastizität mit der des Fleisches zwischen Daumen und Zeigefinger.	114	Das Wetter beachten	141
Irrtum: Um die Garstufe feststellen zu können, schneidet man das Fleisch ein und überprüft die Farbe.	115	Irrtum: Stückige Holzkohle brennt heißer als Grillbriketts.	142
Die besten Grillroste	116	Inbetriebnahme eines Holzkohलगrills	143
Grill-Topper	119	Irrtum: Höhlenbewohner-Steaks sind die besten.	148
So haftet das Grillgut nicht an	120	Smoken	150
Irrtum: Das Einölen des Rosts verhindert Anhaften von Fleisch.	120	Irrtum: Die Parabolform des Weber-Kettle wirkt wie ein Hitzereflektor.	150
Reinigen der Grillroste	121	Keine Angst vor auflodernden Flammen	151
Nicht zu empfehlen	122	Temperaturgefälle bei einem Weber-Smokey-Mountain	152
Das Fischproblem	123	Ein bis zwei Wasserwannen aufstellen	156
Weiteres Zubehör	124	Außenreinigung eines Grills oder Smokers	158
Vorsicht bei Spare-Rib-Haltern	126	Reinigung des Innenraums der Grillkammer	158
Benutzeranleitung	130	Schimmel bekämpfen	159
Den Grill/Smoker mit Trockentests einstellen	131	Irrtum: Smoker oder Grills brauchen innen eine Einbrennschicht.	160
Nutzung Ihres Gasgrills	131	Grillen mit Holzscheiten	161
Wo messen?	132	Irrtum: Der beste Zunder sind trockene Blätter oder Zeitungspapier.	164
Rotisserie und Spießgrillen	134	Smoken, nur mit Holz	165
Reinigen des Gasgrills	136	Burn-Boxen	166
Wie stellt man den Füllstand des Gastanks fest?	138	Ganze Tiere am Stück grillen	166
Irrtum: Am besten reinigt man einen Gasgrill, indem man ihn mit Alufolie abdeckt, anschaltet und den Deckel schließt. So verkohlt das Fett und ist leichter zu entfernen.	139	Plancha-Grillen und Niedrigtemperatur-rückwärtsgaren auf Stahl-, Holz- und Salzplatten	167
		Tipps für das Plancha-Grillen	167
		Plancha-Grillplatten	168
		Cowboys und die Planwagenküche	168

5. LAKEN, RUBS UND SAUCEN	172	Lexington-Dip	195
Über meine Rezepte	174	Texas-Mop-Sauce	195
Über die Zutaten	174	Alabama-White-Sauce	197
Über meine Methoden	174	Sunlite-Kentucky-Black-Sauce für Hammel oder Lamm	198
<i>Mise en place</i>	175	Hawaiianische Huli-Huli-Teriyaki-Sauce und -Marinade	199
Laken, Marinaden, Rubs, Gewürzmischungen, Pasten und Injektionen	176	Sauce Tartar	200
Einfache Salzlake	176	Chocolate-Chile-Barbecue-Sauce	201
Einfache Lakinade	177	Grand-Marnier-Glasur	201
Wie lange einlegen?	177	Cascabel-Mole, inspiriert von Rick Bayless	202
Laken zum Injizieren	177	Burger-Sauce	204
Putenbrust aufspritzen	178	Brettsauce	204
Rubs, Kräuter- und Gewürzmischungen	179	Chimichurri	205
Kein Salz in Rubs	181	Pesto	206
Dalmatiner-Rub	182	Coulis aus gerösteten Paprika und Knoblauch	206
Big-Bad-Beef-Rub	182	Japanische Happy-Mouth-Yakitori-Sauce	207
Mrs.-O'Learys-Cow-Crust	183	Griechisches Ladolemono	208
Meatheads Memphis-Dust	183	Marinara-Sauce	209
Simon-&-Garfunkel-Rub	184	Bacon-Zwiebel-Aufstrich	210
Dollys Lamm-Rub	184	D. C.-Mumbo-Sauce	211
Mariettas Fisch-Rub	185	6. SCHWEIN	212
Cajun-Würzmischung	186	Perfektes Pulled Pork	214
Zitroniges Pfeffer-Salz	186	Schweinenacken-Basics	216
Cowboy-Java-Rub	187	Pulled-Pork-Reste	217
Geräuchertes Knoblauch- oder Zwiebelpulver	187	Gefüllte Kartoffelschiffchen	218
Butcher-Block-Würzmischung	188	Das Nonplusultra: Rippchen	218
Saucen-Strategien	189	Die verschiedenen Rippenschnitte	220
Barbecue-Saucen	190	Last-Meal Ribs	222
KC-Classic	191		
Wie lang hält sich eine Barbecue- Sauce?	192		
Columbia Gold	193		
East-Carolina-Mop-Sauce	194		

60-Minuten-Rippchen im »Dreamland Style«	223	Weg mit dem v-förmigen Grillrost!	268
Rippchen parieren	224	Filet mit gewürzter Butter	270
Yakitori Ribs	226	Kräuterbutter	271
Kermits zweite Leidenschaft	227	Rinderrippchen – kreuz und quer	272
Koteletts nicht füllen!	227	Short Ribs auf texanische Art	273
Schweinefilet mit Cowboy-Java-Rub	228	Short Ribs nach brasilianischem Steakhouse-Stil	273
Schweinekoteletts	229	Basics fürs Briskets (Rinderbrust)	274
Schweinefilet süßsauer	230	Texas Beef Brisket	276
Schweinefilet im Pestomantel	231	Ein Brisket tranchieren	278
Gefüllter Schweinerücken	232	Pastrami fast wie bei <i>Katz's Delicatessen</i>	279
Nassgepökelter Schinken	233	Pastrami dämpfen	281
Schinkensteaks mit Grand-Marnier-Glasur	235		
Im Rauch geröstete Knochenbrühe	236	8. HACKFLEISCH: BURGER, HOTDOGS UND WÜRSTE	282
Ramen-Suppe à la Momofuku	237	Basics für Burger	284
Pig Pickin' mit ganzem Schwein	238	Burger richtig würzen	285
Ein Schwein bestellen	240	Steakhouse-Steakburger	286
Zeitplan für ein 34-Kilogramm-Schwein	245	Diner-Burger	288
Der Barbecue-Ofen	247	Cheeseburger-Einmaleins	289
Spanferkel: Passt auch auf den Grill	250	Hotdogs	291
Porchetta vom Ferkel	252	Regionale Hotdog-Spezialitäten	292
Kein Abfall!	255	Italienisches Wurst-Sandwich	293
		Würste garen	293
7. RIND	256	Bratwurstpfanne	295
Steaks	258	Dringt das Bier in die Wurst ein?	296
Große, dicke Steakhouse-Steaks	260		
Dünne Steaks	262	9. LAMM	298
Die Rinderbraten-Sensation	263	Über Holz gegrilltes Kotelettstück	300
Nachbräunen von dünnen Steaks	263	Lamm-Pops mit Kräutern	301
Hochrippenbraten	265	Marinierte Lammchops	302
Für alle, die Fleisch »medium-rare« nicht mögen	266		
Santa Maria Tri-Tip: Arme-Leute-Hochrippe	267		

Lammkeule	303
Lammkeule auswählen	304
Binghamton-Spiedie-Sandwiches	305
Sunlite-Kentucky mit Hammel oder Lamm	307

10. HÄHNCHEN UND PUTE 308

Tipps für die Zubereitung von Geflügel	310
Irrtum: Am besten schmeckt ein Hähnchen, wenn man es nach der Bierdosenmethode zubereitet!	312
Simon-&-Garfunkel-Chicken	313
Cornell-Chicken	314
Hawaiianisches Huli-Huli-Teriyaki- Hähnchen	315
Süßes, geräuchertes Georgia-Hähnchen	316
Pulled Chicken	316
Big Bob Gibsons Hähnchen in weißer Alabama-Sauce	317
Piri-Piri-Hähnchen	317
Dekadente Buffalo-Chicken-Wings	318
Anatomie des Hühnerflügels	320
Provenzalisches Grillhähnchen	320
Die Farbe der Pfanne spielt eine Rolle	322
Marinierte Stubenküken	322
Der ultimative geräucherte Truthahn	323
Den richtigen Truthahn wählen	324
So bereiten Sie den perfekten Truthahn zu	325
Wie man einen Truthahn tranchiert	328
Teriyaki-Putenbrust	330

**Irrtum: Brät man den Truthahn
mit der Brust nach unten, fließt
der Saft ins Brustfleisch. 330**

Gegrillte Entenbrust in Kirsch-Port-Sauce	331
So bereiten Sie Ente zu	332

11. FISCH UND MEERESFRÜCHTE 334

Fisch kaufen	336
Fisch zubereiten	337
Einen Fisch filetieren	338
Bonnens Fischfilets mit Brioni-Brühe	339
Achtung: Fischöl durchdringt alles!	340
Räucherforelle nach Art der Florida-Meeräsche	341
Lachsfilets heißgeräuchert	342
Andere Rezepturen	343
Kanapees mit Räucherlachs-Mousse	345
Quiche mit Räucherlachs	346
Salat mit Räucher-Heilbutt	346
In Butter gegarte Fischfilets	347
Baja-Fisch-Tacos	348
Gegrillte Calamari mit griechischer Zitronensauce	350
Venusmuscheln, Austern und Miesmuscheln	350
Tintenfisch kaufen und vorbereiten	351
Schnell geräucherte Vernus-, Miesmuscheln oder Austern	354
Irrtum: Muscheln säubert man mit Maismehl und Wasser. 354	
Clam Bake mit gegrillten Crostini	355
Gegrillte Austern mit Weißweinsauce	356
Geräucherte Austern	357
Garnelen	357

Joes feuerfeste Garnelen vom Grill	359
Preisgekrönte gefüllte Garnelen mit Bacon-Wickel	360
Hummer	361
Gregs gegrillter Hummer	362

12. BEILAGEN **364**

Gegrillte Crostini – schnell gemacht	366
Gegrillter Spargel	366
Balsamico-Essig	367
Gegrillter Blumenkohl	368
Der ultimative gegrillte Maiskolben	369
Chipotle-Limetten-Maiskolben	370
Romanasalat gegrillt	371
Baba Ghanoush aus am Feuer gerösteten Auberginen	372
Salat aus geräucherten Kartoffeln	373
Backkartoffeln – am besten vom Grill	374
Wie man einfache Ofenkartoffeln aufpeppt	374
Doppelt gebackene Kartoffeln	375
Gegrillte Polenta	376
Boston-Barbecue-Beans	377
Amerikanischer Krautsalat, süßsauer	378
Weißkohl für Slaw (Krautsalat) vorbereiten	379
Klassischer Slaw mit saurer Sahne und Mayonnaise	380
Danksagung	381
Register	383
Der Autor	400