

WEBER'S TASTE
DIE
EXKLUSIVE
STEAK-
VERKOSTUNG



GRILL ACADEMY

THE ORIGINAL BY WEBER



weber

DAS PERFEKTE STEAK ...



... UND DEIN WEG DAHIN.

Der Geruch von gebratenem Fleisch, eine krosse Kruste beim Anschneiden und ein saftiges Steak mit angenehmem Biss und einem deftigen, vollen Geschmack. Schon bei der Vorstellung daran läuft dir das Wasser im Mund zusammen. Und mit dem richtigen Hintergrundwissen schaffst du auch als Anfänger am Grill, was du vielleicht nur langjährigen Profis zutrauen würdest. Dieser Kurs bietet dir eine Orientierung im Dschungel der zahlreichen Profitipps, die du nicht nur vorgebetet bekommst, sondern mit deinen Grillkollegen selbst ausprobieren kannst. Dabei wird dir Fachwissen zu den Grundpfeilern vermittelt, die die Grundvoraussetzung für ein perfektes Steak sind: Qualität, Reifung, Cut, Kerntemperatur, Grillmethode und das Würzen zum richtigen Zeitpunkt.

Lange ist man für ein ordentliches Steak in Deutschland eher ins Spezialitäten-restaurant gegangen. So wie man ins japanische oder indische Restaurant ging, um sich von den Texturen und Aromen überraschen zu lassen, ging man für das ultimative Steakerlebnis ins Steakhaus und ließ sich die überdimensionierten Stücke mit viel Kräuterbutter schmecken. Grillen war ohnehin eher bei Vereinsfeiern und auf Dorffesten ein Thema, bei denen dann marinierte Schweinenacken und Würste auf dem Grill landeten.

Erst mit ansteigender Begeisterung für die Möglichkeiten der Outdoorküche und mit der aus den USA herüberschwappenden BBQ-Begeisterung häuften sich auch hier die Fragen an der Fleischtheke nach anderen Steaks, die nicht aus dem Rinderrücken zugeschnitten wurden. Flank Steak, Hanging Tender, Skirt Steak – mittlerweile muss man dafür nicht mehr weite Wege in Kauf nehmen. Das gestiegene Interesse an vermeintlichen B- und C-Cuts beim Rind führte auch dazu, vergleichbare Zuschnitte für Schweinesteaks zu suchen. Fündig wurde man in Spanien, wo man Steaks mit Bezeichnungen wie Secreto, Presa und Pluma zum Kurzbraten in der Auslage finden konnte. Dabei hatten die für Spanien typische Schweinerasse des Ibericos oder Kreuzungszuchten mit dem Iberico-Schwein wie das Duroc natürlich keine andere Muskulatur entwickelt. Das Pendant vom deutschen Magerschwein war als Steak schlichtweg nicht zu genießen, deswegen lohnte auch der aufwendigere Zuschnitt nicht. Erst Veränderungen in der Schweinezucht, die Wiederentdeckung alter Hausrassen und das Einkreuzen von Rassen mit ausgeprägtem Fettanteil lieferten auch hierzulande vielversprechende Ergebnisse. Beim perfekten Steak stellt sich also nicht mehr die Frage nach Rind oder Schwein, sondern nach Qualität und Zubereitung.

IM AUGE DES BETRACHTERS



Der Weg zum perfekten Steak beginnt für alle angehenden Grillmeister an der Fleischtheke. Herkunft und Haltung geben zwar einen Hinweis auf erwartbare Qualität und Geschmack. Tatsächlich erkennbar sind allerdings nur Farbe, Marmorierung, Preis und Zuschnitt, wie bei diesen beiden Steaks (oben: Schweinenacken; unten: Rib Eye). Eine gleichmäßige Farbe und Marmorierung sowie eine angemessene Dicke sind Grundvoraussetzung für den ultimativen Steakgenuss.

FARBE

Die Farbe von rohen Steaks wird über den Anteil an Myoglobin im Muskel bestimmt. Der Anteil des Proteins ist von der Genetik, vom Alter, der Größe des Tieres und dessen Muskelaufbau abhängig. Je älter und je größer ein Tier ist, desto mehr Myoglobin wird für den Sauerstofftransport in die Muskulatur gebraucht. Das erklärt die hellere Farbe von Schweinefleisch gegenüber Rindfleisch.

Muskeln, die grundsätzlich viel Arbeit verrichten müssen, beanspruchen mehr Sauerstoff als Muskeln, die die meiste Zeit eher inaktiv sind. Aus diesem Grund besitzt ein Steak aus dem Schweinenacken eine dunklere Fleischfarbe als ein Steak aus dem eher inaktiven Lendenmuskel.

MARMORIERUNG

Als Marmorierung wird die Einlagerung von Fett innerhalb des Skelettmuskels bezeichnet. Genauso wie die Farbe wird auch der intramuskuläre Fettgehalt (IMF) durch Faktoren wie Genetik, Alter und Geschlecht des Tieres und den Muskelaufbau bestimmt.

Grundsätzlich lässt sich sagen, dass weibliche sowie ältere Tiere und langsamer wachsende, kleinere Rassen einen höheren Gehalt an intramuskulärem Fett haben. Das Fett wirkt nicht nur als Geschmacksträger, sondern lockert auch die Fleischstruktur, sodass Steaks mit starker Marmorierung saftiger und aromatischer schmecken und eine zartere Textur haben.

PREIS

Das wohl schwierigste Kriterium zur Qualitätsbeurteilung ist der Preis. Dieser hat zumeist mit Vermarktung und mit der Nachfrage zu tun und lässt nicht immer Rückschlüsse auf die Qualität zu.

Grundsätzlich gilt aber auch hier: Steaks von älteren Tieren und langsamer wachsenden Rassen, in die also mehr Zeit, Futter, Pflege etc. investiert wurde, findet man nicht für kleines Geld abgepackt unter Folie im SB-Bereich der Supermarkttheke.



ZUSCHNITT

Ob ein Steak mit oder ohne Knochen auf dem Grill landet, beeinflusst erst mal nur die Grilldauer. Knochen sind schlechte Wärmeleiter, deshalb braucht ein Steak mit Knochen grundsätzlich etwas länger, bis es die angepeilte Kerntemperatur erreicht. Ob Steaks mit Knochen beim Grillen auch Auswirkungen auf das Aroma haben, darüber lässt sich streiten.

Viel entscheidender für die Garzeit ist die Dicke des Steaks. Nicht nur gart das Fleisch ab einer gewissen Dicke (ca. 2-3 cm) langsamer und gleichmäßiger, auch die Saftigkeit und das Fleischaroma kommen besser zur Geltung.

FETTER GESCHMACK

Für hochwertiges Schweinefleisch gibt es keinen definierten Standard. Vielmehr ist es eine Kombination aus subjektiven und objektiven Kriterien, die das Angebot in Deutschland bestimmen. Lange galt fettreiches, stark marmoriertes Schweinefleisch als ungesund und die Nachfrage nach mageren und möglichst günstigen Stücken führte zu blassen Schweinesteaks, die auf dem Grill stark schrumpften. Zurück blieb trockenes, faseriges und geschmacksarmes Fleisch, das unter diversen Grillsaucen begraben werden musste. Da wundert es nicht, dass insbesondere Steaks von Schweinen aus größeren Zuchtanlagen in Deutschland oft eher die Notlösung zum teureren Rindersteak waren. Seitdem Geschmack und Tierwohl und nicht mehr möglichst fettarmes Fleisch zu einem geringen Preis an Bedeutung gewinnen, hat sich hier viel verändert.

KONVENTIONELL

Fleisch von schnell wachsenden Schweinen mit ausgeprägter Muskulatur und möglichst wenig Fett dominiert immer noch das Angebot. Oft lässt sich ein nicht sehr ausgeprägter Geschmack durch Marinaden und Saucen verbessern, doch die Saftigkeit bleibt meist auf der Strecke. Beim Einkauf sollte man auch hier auf eine gleichmäßige Marmorierung und eine eher dunklere Farbe achten.



LIVAR

Bei der Zucht mit Rassen wie Duroc, Iberico, Livar oder alten deutschen Hausrassen wie Bunte Bentheimer standen andere Aspekte im Vordergrund als ein möglichst schnelles Wachstum und ein möglichst geringer Fettanteil. In der Fleischtheke erkennt man Steaks dieser Rassen an der etwas dunkleren roten Farbe, der dickeren Fettauflage und der stärker ausgeprägten Marmorierung.



AUSGEREIFT

Die Fleischreifung ist genau genommen eine beschönigende Formulierung für einen gezielt gesteuerten Verwesungsprozess. Direkt nach der Schlachtung setzen Abbauprozesse ein, die Zellstrukturen auflösen. Energiereserven, die in Form des Speicherkohlenhydrats Glykogen in der Muskulatur eingelagert sind, werden schrittweise zu Laktat (dem Salz der Milchsäure) abgebaut. Die zunehmende Laktatkonzentration führt zu einer „Übersäuerung“ und lässt den pH-Wert abfallen. Gleichzeitig wirkt sich das saure Milieu auch auf die Fleischstruktur aus, da Strukturproteine, die die Festigkeit des Fleischs bestimmen, durch körpereigene Enzyme und unter Mitwirkung von Mikroben zersetzt werden. Das Fleisch wird lockerer. Durch den Proteinabbau in kurzkettige Aminosäuren entstehen neue aromatische Verbindungen, die den Geschmack des Fleisches prägen.

Bei Kühlraumtemperaturen (bis +7 Grad Celsius) dauert die Fleischreifung bei Schweinen über 60 Stunden, bei Kälbern etwa 7 Tage und bei Rindern mindestens 14 Tage.

ÜBERBLICK REIFEMETHODEN

NASSREIFUNG

METHODE	Reifung von portionierten Teilstücken in Vakuumbeuteln. Abbauprozesse laufen ohne Beteiligung von Sauerstoff (anaerob) ab. Umwandlung der Laktose zu Milchsäure.
FARBE	Die Verbindung von Myoglobin und Sauerstoff bestimmt die Steakfarbe. Je fester das Steak im Beutel vakuumiert wird, desto mehr Sauerstoff wird aus dem Fleisch herausgedrückt. Nass gereifte Steaks haben eine eher dunkle, rot-violette Farbe (großer Anteil an Wasser ist mit Myoglobin verbunden).
DOMINANTE AROMEN	Säuerlicher Geruch und Geschmack. Bei Kontakt mit Sauerstoff auch metallische Noten.
BESCHAFFENHEIT	Bei einer guten Ausgangsqualität verliert das Fleisch während der Reifung im Beutel kaum an Gewicht, da keine Flüssigkeit verdunsten kann. Die sich ansammelnde Milchsäure lässt das Kollagen aufquellen, anstatt es nur abzubauen. Beim Erhitzen schrumpft das Fleisch daher auch weniger zusammen.

METHODE

Reifung von größeren Partien, oftmals in speziellen Reifekammern mit salzhaltiger Luft.

Nachdem die enzymgesteuerte fleischeigene Reifung zum Erliegen kommt, dominieren die Abbauprozesse im sauerstoffhaltigen Milieu unter Beteiligung von Schimmelpilzkulturen, die auch bei der Käsereifung auftreten.

Um zu starke Trocknungsverluste zu vermeiden, werden größere Zuschneide am Knochen trocken gereift. Neben dem Klima in der Reifekammer schützen die Knochen und das Einreiben mit Rindertalg vor zu starken Trocknungsverlusten.

Die typische Reifedauer für Dry-Aged-Steaks liegt zwischen vier und sechs Wochen, in diesem Bereich halten sich die Zunahme an Aroma und die Gewichtsverluste durch die Trocknung im Rahmen.

FARBE

Die Oberfläche trocknet während der Reifung aus, das oxidierte Myoglobin bindet keinen Sauerstoff mehr.

Die Fleischfarbe wechselt in ein dunkles Braun.

DOMINANTE AROMEN

Würziger Geschmack durch die bei der Denaturierung entstehenden kurzkettigen Aminosäuren.

Reife, animalische Noten durch Stoffwechselprodukte der Schimmelpilzkulturen, die mit der Dauer der Reifung zunehmen.

BESCHAFFENHEIT

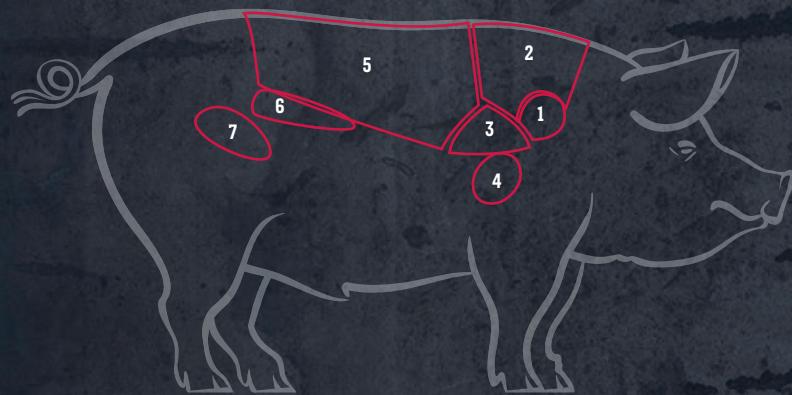
Dry-Aged-Steaks sind eher fester im Biss und weniger „schwammig“ als nass gereifte.

EXPERTENWISSEN

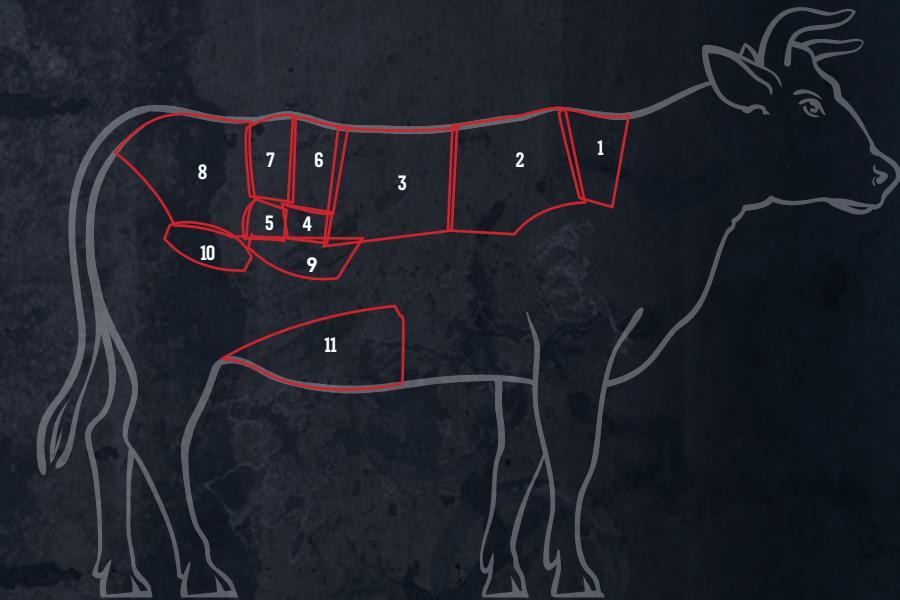
Um die Aromenbildung während der Reifung noch weiter zu beeinflussen, werden immer wieder innovative Methoden ausgearbeitet, die sich auf das Reifemilieu auswirken. Dazu zählen z. B. die gezielte Aufbringung von speziellen Schimmelpilzkulturen auf die Fleischoberfläche, das Besprühen mit Salzsole und der Zusatz von Räucheraromen durch das Kalträuchern von Teilstücken.

DER PASSENDE SCHNITT

Die richtige Kerntemperatur bleibt zu guter Letzt eine Frage des persönlichen Geschmacks und hat viel mit den eigenen Gewohnheiten zu tun. Der Gargrad beeinflusst den beim Kauen wahrgenommenen Biss und die Saftigkeit des Steaks. Für die meisten Steakkenner werden folgende Kerntemperaturen das beste Endergebnis liefern:



	STEAKS AN DER METZGERTHEKE	EMPFEHLUNG KERNTEMPERATUR
1	Nackenkern (ES = Presa)	67 °C
2	Nackensteak	63 °C
3	Feder (ES = Pluma)	67 °C
4	geheimes Filet (ES = Secreto)	67 °C
5	Kotelett	63 °C
6	Filet (Lende)	63 °C
7	Kachelfleisch (US = Spider Steak)	67 °C



	STEAKS AN DER METZGERTHEKE	EMPFEHLUNG KERNTEMPERATUR
1	Nackensteak (US = Chuck Eye Steak)	58 °C
2	Entrecôte (US = Rib Eye); mit Knochen auch Rinderkotelett, Tomahawk oder Côte de Bœuf	56 °C
3	Rumpsteak	56 °C
4	Filet (auch Tenderloin)	54 °C
5	Châteaubriand (auch Doppelendenstück)	54 °C
6	T-Bone-Steak	56 °C
7	Porterhouse-Steak	56 °C
8	Hüftsteak (US = Top Sirloin Steak)	58 °C
9	Nierenzapfen (US = Hanging Tender)	58 °C
10	Fledermaussteak (US = Spider Steak)	58 °C
11	Dünning (US = Flank Steak)	58 °C

TEMPERATURGEFÄLLE

RIB EYE

RARE:
45 °C

MEDIUM RARE:
52 °C

MEDIUM:
56 °C

MEDIUM WELL:
62 °C

WELL DONE:
70 °C



SCHLÜSSELTEMPERATUREN

Ein allgemeingültiges Regelwerk für Kerntemperaturen gibt es nicht, sie variieren je nach persönlichen Vorlieben, Cut und Tier. Während Rindersteaks im Allgemeinen mit niedrigeren Kerntemperaturen serviert werden, liegen sie bei Schweinesteaks tendenziell etwas höher. Lange war es selbst bei kurz gebratenem Schweinefleisch üblich, eine Kerntemperatur von 70 °C nicht zu unterschreiten, um mögliche Krankheitserreger abzutöten. Da Schweinefleisch jedoch strengen Kontrollen unterliegt, besteht die Gefahr bei im Handel erhältlichem Fleisch nicht und man kann auch sein Schweinesteak getrost rosa braten.

Die Kerntemperaturen können je nach Cut variieren, magere Stücke schmecken bei höheren Temperaturen schnell trocken. Je stärker die Marmorierung des Steaks, desto höhere Temperaturen verträgt es.

TEMPERATUR	WIRKUNG
50 °C	Das hitzesensible Myosin denaturiert und ändert seine Form (Koagulation). Die Gerinnung des Proteins führt zu einer veränderten Lichtbrechung, die Steakfarbe ändert sich von Rot zu Pink.
60 °C	Das rote Myoglobin denaturiert, die Farbe wechselt von Pink zu Braun-Grau. Das Kollagen in den Zellen wandelt sich zu Gelatine und tritt aus, das Steak wird trockener.
70 °C	Nun löst sich auch das Kollagen im Bindegewebe zu Gelatine. Steaks sollten jetzt nicht mehr auf dem Grill liegen.

PRESA



Für 4 Portionen

 **VORBEREITUNG:**

5 Minuten

 **GRILLDAUER:**
40–50 Minuten

 **GESAMTDAUER:**
45–55 Minuten

 **GRILLTEMPERATUR:**
250–290 °C (Direkt)
140 °C (Indirekt)

 **KERNTEMPERATUR:**
63 °C

 **GRILLMETHODE:**
Direkt / Indirekt

 **SCHWIERIGKEITSGRAD:**
Mittel

 **WEBER ZUBEHÖR:**
Thermometer

SCHWEINENACKEN MIT ZWIEBEL- CREME UND HEUKARTOFFELN

ZUTATEN:

4 Schweinenackensteaks à 200 g, Salz, schwarzer Pfeffer, grob gemahlen, Zwiebelcreme (siehe Rezept), Heukartoffeln (siehe Rezept)

ZUBEREITUNG:

- Den Grill für **direktes Grillen bei 280–290 °C** vorbereiten.
- Die Steaks salzen und in der direkten Zone ca. 2 Minuten bei geschlossenem Deckel grillen. Anschließend wenden und weitere 2 Minuten grillen.
- Den Deckel vom Grill öffnen, damit die Temperatur auf ca. 140 °C sinkt und die Steaks in der indirekten Zone auf eine Kerntemperatur von 63 °C garen.
- Sobald die Temperatur erreicht ist, die Steaks herunternehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen.
- Quer zur Faser in ca. 2–3 cm breite Tranchen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die Steakstreifen mit der Zwiebelcreme und den Heukartoffeln servieren.

Tipp

Um ein Steak saftig und zugleich mit gleichmäßiger Kruste und ausgeprägten Röstaromen zu braten, ist eine möglichst trockene Oberfläche ideal. Daher vor dem Salzen die Oberfläche des Fleischs mit Küchenpapier trocken tupfen.



Für 4 Portionen

HEUKARTOFFELN AUS DEM DUTCH OVEN

 **VORBEREITUNG:**
10 Minuten

 **GRILLDAUER:**
70–80 Minuten

 **GESAMTDAUER:**
80–90 Minuten

 **GRILLTEMPERATUR:**
180–200 °C

 **GRILLMETHODE:**
Indirekt

 **SCHWIERIGKEITSGRAD:**
Mittel

 **WEBER ZUBEHÖR:**
Dutch Oven

Für 4 Portionen

ZUTATEN:
4 Handvoll Bergwiesenheu, 800 g Drillinge, 3 Knoblauchzehen,
1 TL Meersalz, 1 TL Weber Danish Smoked Gourmet Salt,
1 TL schwarzer Pfeffer, grob zerstoßen, 2 Lorbeerblätter,
2 Rosmarinzweige, 2 EL Weber Chili-Öl, 1 EL Olivenöl

VORBEREITUNG:

- Das Heu in kaltem Wasser 5 Minuten einweichen und in einem Sieb abtropfen lassen.
- Die Kartoffeln mit Schale gründlich waschen und mehrmals einstechen. Knoblauchzehen andrücken. Die Kartoffeln mit den Gewürzen und dem Chili-Öl gründlich vermischen.

ZUBEREITUNG:

- Den Grill für **indirektes Grillen bei 180–200 °C** vorbereiten.
- Den Dutch Oven mit dem Olivenöl auspinseln, die Hälfte des Heus hineingeben, die marinierten Kartoffeln darauf verteilen und mit dem restlichen Heu bedecken.
- Den Deckel auflegen und die Kartoffeln im Dutch Oven in der indirekten Zone ca. 70–80 Minuten garen. Kartoffeln bis zum Servieren warm halten.

GEGRILLTE ZWIEBELCREME

 **GRILLDAUER:**
70–80 Minuten

 **ZUBEREITUNG:**
10 Minuten

 **GESAMTDAUER:**
80–90 Minuten

 **GRILLTEMPERATUR:**
180–200 °C

 **GRILLMETHODE:**
Indirekt

 **SCHWIERIGKEITSGRAD:**
Mittel

ZUTATEN:
6 Gemüsezwiebeln, 150 g Sahne, 35 g Butter, Meersalz, Zucker

VORBEREITUNG:

- Den Grill für indirektes Grillen mit 180–200 °C vorbereiten.
- Die ungeschälten Zwiebeln 50–60 Minuten weich grillen, herunternehmen und abkühlen lassen.

ZUBEREITUNG:

- Die Zwiebeln schälen, die Sahne auf die Hälfte einkochen und mit den Zwiebeln und der Butter in einem Hochleistungsmixer fein pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken und bis zum Servieren warm halten.

SALZSORTEN: DIE GRÖSSE MACHT'S

Natriumchlorid – eher bekannt unter der weniger spektakulären Bezeichnung Kochsalz – ist in den verschiedensten Farben zu finden und auch die Größe der Salzkristalle variiert.

Von den feinen Fleur-de-Sel-Flocken bis zum groben Hagelsalz, vom gewöhnlichen weißen Tafelsalz bis zu schwarzem Salz aus Hawaii: Das Angebot an Salzsorten ist mittlerweile auch im Lebensmittelmarkt um die Ecke groß. Dabei haben sie alle eine Gemeinsamkeit, denn sie schmecken – wie sollte es anders sein – in erster Linie salzig.

Nicht nur die Farbe, auch die Aromen, die durch mineralische Verunreinigungen oder durch eine Behandlung des Salzes wie z. B. das Räuchern entstehen, gehen während der Zubereitung leider verloren. Vor allen Dingen bei Zubereitungsmethoden mit Flüssigkeiten wie beim Kochen und Schmoren sind die Aromen der Mineralien im Endergebnis nicht mehr wahrnehmbar. Hier leistet ein normales und vor allen Dingen günstiges Kochsalz genauso gute Dienste wie ein teures Edelsalz.

Zum Servieren von rohem Fisch, Fleisch oder Gemüse, aber auch bei Steaks kann die Wahl des Salzes allerdings noch einiges zur Textur beitragen, da Salz nicht nur den Eigengeschmack intensiviert, sondern auch die Wahrnehmung der Textur im Mund verändert.

DIE TECHNIK MACHT'S

VORWÄRTSGRILLEN

Beim Vorwärtsgrillen wird das Steak erst bei hohen Temperaturen gegrillt, sodass eine schöne Kruste entsteht. Anschließend wird das Steak in die Zone mit indirekter Hitze gelegt, bis es bis es die gewünschte Kerntemperatur fast erreicht hat. Dann das Steak vom Grill nehmen und kurz einige Minuten ruhen lassen.



RÜCKWÄRTSGRILLEN

Beim Rückwärtsgrillen wird das Steak erst langsam in der indirekten Zone erhitzt. Röstaromen und Grillkruste entstehen erst zum Schluss, wenn das Steak in der Zone mit direkter Hitze kurz gegrillt wird.

Noch wichtiger als bei der Vorwärtsmethode ist hier die Überwachung der Kerntemperatur. Da die Temperaturen in der direkten Hitze eines Grills höher sind als in der indirekten Zone oder auch in einem Backofen, fällt der Temperaturanstieg während der Ruhezeit auch entsprechend höher aus und die Kerntemperatur kann schnell über das gewünschte Ziel hinausschießen.

Auch wenn der sogenannte **Carry-over-Effekt**, also der Temperaturausgleich während der Ruhephase, bei einem Steak geringer ausfällt als bspw. bei einem Brisket, kann die Kerntemperatur zwischen 2–3 Grad Celsius während der Ruhephase ansteigen.



KERNTEMPERATUR MESSEN

Egal, ob blutiger Anfänger oder Vollprofi: Die einzige verlässliche Methode, um das Steak zum richtigen Zeitpunkt vom Grill zu holen, ist das Überprüfen der Kerntemperatur mit einem Thermometer.

Mit zunehmender Erfahrung nimmt auch die Treffsicherheit bei der Schätzung des Gargrads zu. Als Grillanfänger wird man die Temperatur aber wahrscheinlich lieber in kürzeren Abständen prüfen. Keine Sorge, das Steak wird dadurch nicht an Saftigkeit verlieren, das größere Problem werden eher die durch das ständige Öffnen des Deckels verursachten Temperaturschwankungen sein (hier helfen Temperaturfühler, die den gesamten Garvorgang über die Fleischtemperatur prüfen, wie der Weber Connect Smart Grilling Hub oder das Weber iGrill).

Um eine präzise Angabe über die Temperatur im Kern zu erhalten, den Temperaturfühler an der dicksten Stelle des Steaks einstechen, sodass die Messspitze etwas tiefer liegt als der Kern. Dann langsam herausziehen, bis im Display die niedrigste Temperatur angezeigt wird.

Beim Einstechen darauf achten, dass die Spitze des Fühlers nicht am Knochen aufliegt oder in unmittelbarer Nähe eingestochen wird. Da Knochen schlechte Wärmeleiter sind, wird hier die Angabe zu ungenau.

Das Steak in Abhängigkeit von Grillmethode und Dicke etwa 2–3 Grad vor dem Erreichen der angepeilten Serviertemperatur vom Grill nehmen und ein paar Minuten ruhen lassen.

SALZ – VOM RICHTIGEN ZEITPUNKT

Kaum eine Debatte zum Thema Steak wird so ausdauernd und leidenschaftlich geführt wie diese. Dabei lässt es sich gut beobachten, welche Wirkung die Kombination aus Salz und Zeit auf die Steakoberfläche hat. Das Salzen vor dem Grillen hat für den perfekten Steakgenuss gute Gründe. Nach dem Grillen veredeln feine Salze wie Fleur de Sel, die man kurz vor dem Servieren auf die Oberfläche streut, das Steak.



ZEITPUNKT DES SALZENS WIRKUNG AUF DAS FLEISCH

CA. 0-5 MINUTEN VOR DEM GRILLEN

Salzkristalle liegen erkennbar auf der Oberfläche.

CA. 5-15 MINUTEN VOR DEM GRILLEN

Flüssigkeit tritt aus dem Steak aus und sammelt sich an der Oberfläche. Um beim Grillen die Flüssigkeit an der Oberfläche zu verdunsten, wird viel Wärmeenergie benötigt. Die Temperatur der Grilloberfläche sinkt.

Die Maillard-Reaktion, die zur charakteristischen Farbe und zum Aroma von proteinreichen Lebensmitteln wie gebratenem Fleisch beiträgt, läuft erst ab einer Temperatur von ca. 140 °C ab.

Neben der Änderung von Farbe und Geschmack entsteht bei der Maillard-Reaktion auch Wasser, das ebenfalls verdunsten muss und gleichfalls zur Verringerung der Oberflächentemperatur beiträgt. Im ungünstigsten Fall setzt die Reaktion wegen zu geringer Temperaturen stark verzögert ein.

Um ein gleichmäßig gebräutes Steak zu bekommen, muss man es daher wesentlich länger bei hohen Temperaturen in der direkten Zone grillen. Das Ergebnis beim Anschneiden: ein trockener und grauer Rand.

CA. 15-40 MINUTEN VOR DEM GRILLEN

Die ausgetretene Flüssigkeit hat das auf der Oberfläche liegende Salz gelöst und die Lösung zersetzt die Zellstruktur der Steakoberfläche.

Sie wird für die Salzlösung zwar aufnahmefähiger, allerdings hat der Flüssigkeitsaustritt auch hier wieder die beschriebenen Folgen für die notwendige Wärmeenergie, die für die Kruste und die Maillard-Reaktion notwendig ist.

AROMENSPIEL

Auch wenn für die meisten der pure Steakgeschmack, der durch Salz noch intensiviert wird, kaum zu toppen ist: Feine Kräuteraromen, scharfe Pfeffer- oder würzige Knoblauchnoten können Steaks einen spannenden Akzent verleihen.

Dafür muss man sie auch nicht über Nacht in ölige Marinaden einlegen. Einfach in einem Saucenpot etwas Butter zusammen mit den Gewürzen erhitzen, damit sich die Aromen entfalten können, und zum Schluss über das Steak geben.



Für 4 Portionen

BLACK BURGER MIT HÜFTSTEAK, ASIAN COLESLAW UND WASABI-LIMETTEN-MAYO

VORBEREITUNG:

15 Minuten

GRILLDAUER:

40–50 Minuten

GESAMTDAUER:

55–65 Minuten

GRILLTEMPERATUR:

280–290 °C (Direkt)
140 °C (Indirekt)

KERNTEMPERATUR:

58 °C

GRILLMETHODE:

Direkt / Indirekt

SCHWIERIGKEITSGRAD:

Mittel

WEBER ZUBEHÖR:

Thermometer

ZUTATEN:

4 Knoblauchzehen, 100 ml Rapsöl, 1 TL Chiliflakes, Salz, 2 Hüftsteaks à 360 g, Black Burger Buns (siehe Rezept), Wasabi-Limetten-Mayo (siehe Rezept), Asia Coleslaw (siehe Rezept), Fleur de Sel, Chilli Knoblauchöl

VORBEREITUNG:

- Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden.
- Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin rösten. Wenn der Knoblauch anfängt, braun zu werden, die Chiliflakes und eine Prise Salz zugeben. In eine hitzebeständige Schüssel umfüllen und auskühlen lassen.

ZUBEREITUNG:

- Den Grill für **direktes Grillen bei 280–290 °C** vorbereiten.
- Die Steaks salzen und bei geschlossenem Deckel ca. 2 Minuten grillen, dann wenden und weitere 2 Minuten grillen.
- Den Deckel öffnen und die Temperatur auf ca. 140 °C absinken lassen und die Steaks in der indirekten Zone zu einer Kerntemperatur von 58 °C garen.
- Sobald die Temperatur erreicht ist, die Steaks vom Grill nehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen.
- Getoastete Brötchenhälften mit Wasabi-Mayo bestreichen und auf die untere Brötchenhälfte den Coleslaw legen. Die Steaks in dünne Streifen schneiden und mit Fleur de Sel bestreuen. Steakstreifen auf den Coleslaw legen, etwas andrücken und mit Chili-Knoblauchöl beträufeln. Obere Brötchenhälfte auflegen und Burger servieren.

Tipp

Steaks müssen nicht, wie oft behauptet, vor dem Grillen auf Zimmertemperatur gebracht werden. Auch gekühlte Steaks garen auf dem Grill gleichmäßig. Da je nach Umgebungs-temperatur und Dicke des Fleischs die Kerntemperatur pro Stunde um etwa 4–6 °C ansteigt, müsste man das Fleisch für mehrere Stunden ungekühlt lagern: aus hygienischer Sicht bedenklich! Bei den hohen Grilltemperaturen liefert dieser kleine Temperaturvorsprung weder eine gleichmäßige Temperaturverteilung noch schützt er vor Tropfsaftverlusten.

Für 4 Portionen

ASIAN COLESLAW

 **VORBEREITUNG:**
20 Minuten

GESAMTDAUER:
20 Minuten

 **SCHWIERIGKEITSGRAD:**
Leicht

 **WEBER ZUBEHÖR:**
Dutch Oven

ZUTATEN:

½ Weißkohl, ¼ Rotkohl, 1 Karotte, 3 Frühlingszwiebeln, ½ Bund Koriander, 10 g Ingwer, 50 g geschälte Edamame, tiefgekühlt, 2 TL helle Sesamsamen, 100 ml Reisessig, 3 TL Fischsauce, 3 TL Zucker, 3 TL Sesamöl, geröstet, Meersalz, Weber Exotik-Pfeffer

VORBEREITUNG:

- Den Kohl putzen und in feine Streifen schneiden. Die Karotte schälen und ebenfalls in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Koriander zupfen und hacken. Ingwer schälen und ebenfalls fein hacken. Die Edamame auf-tauen lassen.
- Das geschnittene Gemüse in eine Schüssel geben. Sesamsamen in einer Pfanne rösten.

ZUBEREITUNG:

- Für das Dressing den Essig mit der Fischsauce, Zucker und Sesamöl vermischen und erneut mit Salz und Pfeffer ab-schmecken.
- Dressing, Sesamsamen und Gemüse vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für 10 Burger Buns

 **VORBEREITUNG:**
1 Stunde 45 Minuten

GRILLDAUER:
15 Minuten +
15 Minuten abkühlen

GESAMTDAUER:
2 Stunden 15 Minuten

 **GRILLTEMPERATUR:**
200 °C

 **GRILLMETHODE:**
Indirekt

 **SCHWIERIGKEITSGRAD:**
Mittel

 **WEBER ZUBEHÖR:**
Grillstein oder
Pizzastein

BLACK BURGER BUNS

ZUTATEN:

90 ml Milch, 15 g Sepiatinte, 1 Würfel Hefe, 40 g Zuckerrübensirup, 2 Eier, 80 g weiche Butter, 700 g Weizenmehl Type 550, 10 g Salz, Mehl zum Bearbeiten, schwarze Sesamsamen zum Bestreuen, Butter (nach Bedarf)

VORBEREITUNG:

- 200 ml lauwarmes Wasser zusammen mit 60 ml Milch und der Sepiatinte in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben.
- Die Hefe hineinbröckeln und den Zuckerrübensirup unterrühren.
- 1 Ei, Butter, Mehl und Salz zugeben und mit dem Knethaken der Küchenmaschine ca. 5 Minuten lang zu einem geschmeidigen Teig kneten.
- Den Teig abgedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.
- Anschließend in 110 g schwere Portionen teilen und zu Buns formen. Die Teiglinge auf ein mit Backpapier belegtes und leicht bemehltes Backblech setzen und weitere 45 Minuten abgedeckt gehen lassen.
- Die restliche Milch mit dem Ei verquirlen, die Oberfläche der Teiglinge damit einpinseln und mit Sesam bestreuen.

Für 4 Portionen

WASABI-LIMETTEN-MAYO

 **VORBEREITUNG:**
10 Minuten

GESAMTDAUER:
10 Minuten

 **SCHWIERIGKEITSGRAD:**
Mittel

ZUTATEN:

2 Eigelb, 1 TL Senf, 15 g Wasabipaste, 1 EL Reisessig, 1 Prise Zucker, 200 ml Rapsöl, 1 Limette, Saft und Abrieb, Meersalz

ZUBEREITUNG:

- Eigelbe zusammen mit Senf, Wasabi, Essig und einer Prise Zucker in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben und mit dem Rührbesen kräftig aufschlagen.
- Das Öl langsam einlaufen lassen, sodass eine Emulsion entsteht.
- Die Mayonnaise mit Limettensaft und -abrieb sowie Salz abschmecken und zum Servieren abgedeckt kühlstellen.

ZUBEREITUNG:

- Den Grill mit Grill- oder Pizzastein für **indirektes Grillen bei 200 °C** ca. 20 Minuten vorheizen.
- Die Buns auf den Pizzastein setzen, ca. 15–18 Minuten bei geschlossenem Deckel backen, dann auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
- Vier Buns zur Seite legen und den Rest einfrieren.
- Zum Servieren halbieren, die Schnittflächen mit flüssiger Butter bepinseln und auf dem Grillrost bei direkter Hitze kurz rösten.

Tipp

WASABI-LIMETTEN-MAYONNAISE

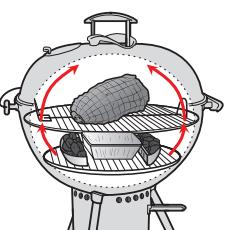
Das Lecithin im Ei wirkt als Emulgator und verbindet Essig und Öl miteinander. Da Lecithin auch in Kuh- oder Sojamilch vorhanden ist, lässt sich ein Eigelb durch 20 ml Kuh- oder Sojamilch bzw. Sojasahne ersetzen.

DER DECKEL MACHT DEN UNTERSCHIED!



DIREKTE GRILLMETHODE

Für kleinere Fleischstücke und Grillgut, das in weniger als 20 Minuten gar ist. Die Glut befindet sich gleichmäßig verteilt direkt unter dem Grillgut.



INDIREKTE GRILLMETHODE

Die Wärme zirkuliert im Grill um größeres Grillgut mit längerer Garzeit. Diese Methode eignet sich perfekt für Braten, Brot und Kuchen. Die Glut befindet sich nicht direkt unter dem Grillgut, sondern an den Seiten. Hierfür empfehlen wir Holzkohlehalter oder Holzkohlekörbe.



50 / 50-GRILLMETHODE

Bei dieser Methode wird das Grillgut zunächst über den heißen Briketts scharf angebraten und dann über die Tropfschale geschoben, damit es fertig garen kann. Diese Methode eignet sich ideal für Hähnchenbrust, Hähnchenfilet und Würstchen. Die Glut befindet sich auf einer Hälfte des Kohlerosts, auf der anderen ist eine Alu-Tropfschale zum Auffangen von Fett unter dem Grillgut.

SCHÖN, DASS DU AM „DAS PERFEKTE STEAK“-KURS DER WEBER® GRILL ACADEMY ORIGINAL TEILGENOMMEN HAST.

Wir hoffen, der Kurs war für dich ebenso genussreich wie informativ. Auf weber.com hast du die Möglichkeit, uns Lob, Kritik, Anregungen und Wünsche zur Weber Grill Academy Original zu geben. Wir freuen uns auf dein Feedback. Hier findest du ebenfalls Informationen zu unseren weiteren Kursen und alles rund ums Thema Grillen.

Vielen Dank!

DEIN WEBER KONTAKT

Weber-Stephen Deutschland GmbH
+49 (0)30 7262 1488
Rheinstraße 194
grillacademy-de@weber.com
55218 Ingelheim
www.weber.com/de

