

Juli/August 2023

en Guete

.. AB AUFS RÄUCHERBRETT

*Fleisch auf dem Holz
saftig grillieren.*



Schweiz. Natürlich.



So gut:
Poulet auf dem
Holzweg.

BRETT- GESCHICHTEN

Liebe Leserin, lieber Leser

Mit dem Räucherbrett grillieren wird immer beliebter – nicht nur für Poulet oder Fisch! Das hat gute Gründe: Beim Garen gehen natürliche Aromastoffe aus dem Holz ins Fleisch über. Und dieses bleibt durch den schonenden Grillvorgang auf dem zuvor gewässerten Brett wunderbar zart.

Doch welche Stücke und Holzsorten eignen sich? Was gilt es zu beachten? Wir verraten es Ihnen. Zudem geben wir Ihnen eine Schritt-für-Schritt-Anleitung von der Vorbereitung bis zum Garprozess – und natürlich vier wunderbare Räucherbrett-Rezepte.

en Gute,
Ihre Schweizer Metzgerinnen
und Metzger

Tipps und Tricks



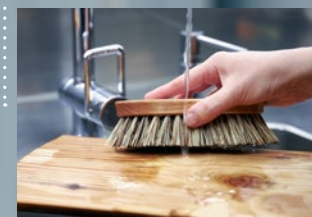
Mehr Nachhaltigkeit

Räucherbretter lassen sich mehrfach verwenden. Achten Sie beim Kauf wenn möglich auf einheimische Hölzer von nicht gefährdeten Baumarten.



Noch mehr Aroma

Wässern Sie Ihr Räucherbrett mit einem Schuss Extrageschmack, indem Sie z.B. etwas Cidre, Weisswein, Whisky oder Fruchtsaft ins Wasser geben.



Einfache Reinigung

Waschen Sie Ihr Brett niemals mit Spülmittel, sondern nur mit heissem Wasser und einer robusten Bürste.



Dieses Rezept und unzählige weitere Sommergrillideen für jede Gelegenheit finden Sie auf schweizerfleisch.ch/rezepte.



**Schweizer
Fleisch**

Der feine Unterschied.



RÄUCHERBRETTER: WELCHES HOLZ FÜR WELCHES FLEISCH

Mit Ausnahme der harzigen Kiefer lässt sich praktisch jedes unbehandelte Holz für ein Räucherbrett verwenden. Wir stellen Ihnen die beliebtesten Varianten vor.



ERLE

Für feinwürzige Räucheraromen mit Kräuternote. Optimal für Rind, Schwein, Kalb und Poulet.



**APFEL
ODER KIRSCH**

Für milde, leicht süssliche Räucheraromen. Schmeckt super für Kalb und Schwein.

Für kräftige, würzige Räucheraromen. Kommt bei Rind und Schwein am besten zur Geltung.

BUCH



ZEDER

Für würzige Räucheraromen mit Tannennadel- und Kräuternote. Passt bestens für Rind, Schwein, Kalb und Poulet.



NUSSBAUM

Für kräftige, würzige Räucheraromen mit einer leicht süsslichen Note. Eignet sich ideal für Rind, Schwein und Lamm.



AHORN

Für milde, leicht süssliche Räucheraromen. Am besten geeignet für Schwein, Kalb und Poulet.

Räucherbretter selbst herstellen?

Im Prinzip können Sie sich Ihr Räucherbrett auch selbst im Baumarkt besorgen oder vom Schreiner zuschneiden lassen. Allerdings gibt's einiges zu beachten: Das Holz sollte komplett unbehandelt, trocken und mindestens ein Jahr lang gelagert sein. Setzen Sie möglichst auf Schweizer Herkunft und nicht bedrohte Arten. Ein langlebiges Räucherbrett sollte aus solidem Stammholz sein, am besten aus dem Kern. Passen Sie die Länge und Breite auf die Grösse des Fleischstücks und unbedingt auch auf jene Ihres Grillrosts an, denn gegart wird bei geschlossenem Deckel. Die Dicke sollte je nach Fläche des Brettes 1–2 cm betragen.

SCHRITT FÜR SCHRITT AUFS RÄUCHERBRETT

Garen auf der Holzplanke ist ganz einfach. Neben gutem Fleisch brauchen Sie nur genügend Zeit, ein robustes, gut gewässertes Brett, einen Grill mit Deckel und idealerweise ein Fleischthermometer.

1

Räucherbrett zuvor je nach Brettdicke 3–4 Stunden wässern. Dabei das Brett beschweren, um es komplett unter Wasser zu halten.



2

Den Grill mit einer direkten und indirekten Zone auf 175 °C bis maximal 200 °C vorheizen. Geeignet sind alle Grilltypen mit Deckel.



3



Räucherbrett mit glatter Seite nach oben über die direkte Hitze legen, um es aufzuheizen und zu sterilisieren. Deckel schliessen.

4



Nach ein paar Minuten das Brett in die indirekte Grillzone ziehen, mit Öl bepinseln, Fleisch drauflegen. Fleischthermometer bis in die Mitte der dicksten Stelle stecken.

5



Hitze sofort reduzieren, Deckel schliessen und nun möglichst bis zum Schluss nicht mehr öffnen.

6



Sobald die gewünschte Kerntemperatur erreicht ist, Fleisch falls nötig für ein schönes Grillmuster noch kurz auf den Rost legen und dann direkt auf dem Brett servieren (auf hitzebeständige Unterlage achten!).

Kalbsskoteletts mit Kräuteröl vom Apfel- oder Ahornbrett

für 4 Personen

Zutaten

- 4 Koteletts vom Schweizer Kalb, je ca. 300 g
- 1 Bund mediterrane Kräuter, z.B. Rosmarin, Salbei, Thymian, Oregano
- 4 EL HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl*
- 200 g Tomaten
- 400 g Aprikosen
- 1 Zwiebel
- 1 Peperoncino
- 2 EL Currypulver
- 60 g Zucker
- 1 TL Salz
- 1 dl Gemüsebouillon
- ½ dl Apfelessig
- 600 g grosse Kartoffeln
- 2 EL HOLL-Rapsöl*
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- 1 TL Korianderpulver
- 1 TL Salz, schwarzer Pfeffer
- 600 g Blumenkohl
- 2 Räucherbretter aus Apfel- oder Ahornholz, 20 x 40 cm

*Diese hitzestabilen Öle sind ideal zum Hoherhitzen.

Zubereitung

- 1 | Räucherbretter 1–2 Stunden in kaltem Wasser einlegen.
- 2 | Kräuter fein hacken und mit der Hälfte des Öls mischen. Die Koteletts damit einstreichen. Zugedeckt 1 Stunde marinieren lassen.
- 3 | Für das Ketchup die Tomaten waschen und in Würfel schneiden. Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und ebenfalls würfeln. Zwiebel schälen und hacken. Peperoncino halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. In einer Pfanne alle vorbereiteten Zutaten im restlichen Öl andünsten. Curry, Zucker, Salz und Bouillon beifügen und alles zugedeckt 20 Minuten weich kochen. Zuletzt den Essig beifügen und die Sauce im Mixer fein pürieren. Abkühlen lassen.
- 4 | Kartoffeln in Schnitze schneiden und auf ein Blech geben. Rapsöl, Paprika-, Knoblauch- und Korianderpulver, Salz und Pfeffer darübergerben und mischen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Unter-/Oberhitze (Umluft 180 °C) 45 Minuten backen.
- 5 | Blumenkohl waschen und in Röschen teilen. Nach 15 Minuten Backzeit den Blumenkohl beifügen und alles nochmals mischen.
- 6 | Den Grill für indirekte mittlere Hitze (180–200 °C) einheizen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen.
- 7 | Die Koteletts auf die vorbereiteten Räucherbretter legen und bei indirekter Hitze und geschlossenem Deckel ca. 25 Minuten grillieren. Vor dem Servieren 5 Minuten ruhen lassen. Mit Ketchup, Kartoffeln und Blumenkohl anrichten.



Zubereiten
55 Minuten



Nährwerte
1 Portion enthält ca.:
793 kcal | 57 g Eiweiss
36 g Fett | 56 g Kohlenhydrate



TIPP

Das Ketchup hält sich im Kühlschrank 2–3 Wochen. Oder länger, wenn es kochend heiss in 2–3 kleine Gläser gefüllt und luftdicht verschlossen wird.

KROSSE BUNS VOM GRILL

Lust auf erhöhten Knusperfaktor?
Dazu einfach die aufgeschnittenen
Brötchen vor dem Servieren kurz
auf dem Grill anrösten.



Rindsburger mit Speck vom Zedern- oder Buchenbrett

für 4 Personen

Zutaten

- 600 g Hackfleisch vom Schweizer Rind
- 8 Specktranchen vom Schweizer Schwein
- 400 g rote Zwiebeln
- 75 g brauner Zucker
- 1 dl Rotwein
- ½ TL Salz
- 1 Lorbeerblatt
- ½ dl Rotweinessig
- 4 Zweige Thymian
- 2 EL Senf
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl*
- 1 EL gemischtfarbige Pfefferkörner
- 150 g Frischkäse
- 25 g geriebener Sbrinz
- 2 EL Milch
- 4 Bauernbrötchen
- 4 mittlere Kopfsalatblätter
- 1 Räucherbrett aus Zedern- oder Buchenholz, 20 x 40 cm

*Diese hitzestabilen Öle sind ideal zum Hoherhitzen.

Zubereitung

- 1 | Räucherbrett 1–2 Stunden in kaltem Wasser einlegen.
- 2 | Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. In einer Pfanne Zucker karamellisieren. Zwiebeln beifügen und kurz andünsten. Rotwein, Salz und Lorbeerblatt dazugeben und alles leise kochen lassen, bis der Rotwein einreduziert ist. Essig beifügen und alles weitere 5 Minuten kochen lassen.
- 3 | Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und hacken. Hackfleisch mit Thymian, Senf, Salz und Pfeffer am besten von Hand kräftig durchkneten. Zu vier Patties von je 12 cm Durchmesser formen und mit Öl bestreichen.
- 4 | Den Grill für indirekte mittlere Hitze (180–200 °C) einheizen.
- 5 | Patties auf das vorbereitete Räucherbrett legen und bei indirekter Hitze und geschlossenem Deckel 20 Minuten grillieren. Specktranchen über der direkten Hitze grillieren.
- 6 | Pfefferkörner im Mörser mittelfein zerstoßen. Mit dem Frischkäse, dem Sbrinz und der Milch verrühren und mit Salz abschmecken.
- 7 | Salatblätter waschen. Bauernbrötchen waagrecht halbieren. Mit der Frischkäsecreme bestreichen. Die Patties daraufgeben, mit Zwiebel-Confit, Speck und Salatblättern belegen und servieren.



Zubereiten
50 Minuten



Nährwerte
1 Portion enthält ca.:
847 kcal | 44 g Eiweiss
46 g Fett | 59 g Kohlenhydrate

Marinierter Schweinshals vom Buchen- oder Obstbaumbrett

für 4 Personen

Zutaten

800 g Hals vom Schweizer Schwein
½ Bund Thymian
3 Knoblauchzehen
½ dl Zitronensaft
3 dl Apfelmost
½ TL Salz
600 g grüne Bohnen
300 g Pasta, z.B. Conchiglie rigate
oder Farfalle
2 Bund Radieschen
mit schönem Grün
1 Frühlingszwiebel
3 EL Weissweinessig
½ dl Gemüsebouillon
150 g saurer Halbrahm
2 EL kaltgepresstes Rapsöl
Salz
schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
2 EL HO-Sonnenblumenöl
oder HOLL-Rapsöl*
1 Räucherbrett aus Buchen-,
Apfel- oder Kirschenholz,
20 × 40 cm

*Diese hitzestabilen Öle sind ideal
zum Hoherhitzen.


Zubereitung


- 1 | Thymian grob hacken. Knoblauch schälen und mit der Messerklinge quetschen. Fleisch mit Thymian, Knoblauch, Zitronensaft und Apfelmost sowie Salz in einen Gefrierbeutel geben und mindestens 2 Stunden marinieren lassen.
- 2 | Räucherbrett 1–2 Stunden in kaltem Wasser einlegen.
- 3 | Bohnen rüsten und in 2 cm lange Stücke schneiden. In reichlich Salzwasser knapp weich kochen. Mit einer Schaumkelle herausheben, in ein Sieb geben und kalt abschrecken. Anschliessend Pasta im gleichen Kochwasser bissfest garen, abgiessen und abtropfen lassen.
- 4 | Radieschen und Frühlingszwiebel waschen. Das Grün der Radieschen in Streifen und die Radieschenknollen in feine Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel mitsamt Grün in feine Ringe schneiden.
- 5 | In einer Schüssel Essig, Bouillon, sauren Halbrahm und Rapsöl verrühren und die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Vorbereitetes Gemüse und Pasta beifügen und alles mischen.
- 6 | Den Grill für indirekte mittlere Hitze (160–180 °C) einheizen. Fleisch aus der Marinade nehmen und mit Öl einstreichen.
- 7 | Schweinshals auf das vorbereitete Brett legen und bei indirekter Hitze und geschlossenem Deckel 60 Minuten grillieren, bis eine Kerntemperatur von 72 °C erreicht ist. Vor dem Tranchieren 10 Minuten ruhen lassen. Anschliessend in Scheiben aufschneiden und mit dem Gemüse-Pasta-Salat servieren.

MARINIEREN BEIM GRILLIEREN

Die Marinade auf ½ dl Flüssigkeit
einkochen lassen und durch
ein Sieb passieren. Das Fleisch ab
und zu damit bestreichen für eine
schöne Karamell-Note.



 **Zubereiten**
45 Minuten

 **Nährwerte**
1 Portion enthält ca.:
922 kcal | 52 g Eiweiss
45 g Fett | 73 g Kohlenhydrate

Poulet-Rosmarin-Spiess vom Ahorn- oder Erlenbrett

für 4 Personen

Zutaten

- 600 g Schenkelfleisch
ohne Knochen und Haut
vom Schweizer Poulet
- 800 g kleine neue Kartoffeln
- 600 g Broccoli
- 150 g Rucola
- 1 dl Gemüsebouillon
- ½ dl weisser Balsamico
- 2 EL Senf
- ½ dl kaltgepresstes Rapsöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
- 2 kleine Äpfel
- 8 lange Rosmarinzwige,
siehe Tipp
- 1 EL HO-Sonnenblumenöl
oder HOLL-Rapsöl*
- 2 Räucherbretter aus Ahorn-
oder Erlenholz,
15 × 30 cm


* Diese hitzestabilen Öle sind ideal zum
Hoherhitzen.


Zubereitung

- 1 | Räucherbretter 1–2 Stunden in kaltem Wasser einlegen.
- 2 | Kartoffeln und Broccoli waschen. Kartoffeln in der Schale mit wenig Wasser oder im Dampf knapp weich garen. Broccoli in kleine Röschen teilen und im Salzwasser 5 Minuten kochen. In ein Sieb abgiessen und kalt abschrecken.
- 3 | Rucola waschen und ⅓ davon hacken, den Rest beiseitelegen. Gehackten Rucola, Bouillon, Balsamico, Senf und Öl in einen Becher geben und mit dem Stabmixer zu einem cremigen Dressing pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4 | Gekochte Kartoffeln je nach Grösse halbieren oder vierteln und mit dem Dressing mischen. Kurz vor dem Servieren den beiseitegelegten Rucola und den Broccoli untermischen.
- 5 | Äpfel waschen, mit der Schale vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Äpfelviertel in dicke Schnitze schneiden. Rosmarinnadeln bis etwa 3 cm unterhalb des oberen Endes von den Zweigen zupfen. Die abgezupften Nadeln von zwei Zweigen fein hacken.
- 6 | Fleisch in 3–4 cm grosse Stücke schneiden. Mit gehacktem Rosmarin, Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch abwechselnd mit Apfelschnitzen auf die abgezupften Rosmarinzwige spießen. Mit Öl einpinseln.
- 7 | Den Grill für indirekte mittlere Hitze (180–200 °C) einheizen.
- 8 | Spiesse auf die vorbereiteten Räucherbretter legen und bei indirekter Hitze und geschlossenem Deckel 25 Minuten grillieren. Mit Kartoffel-Broccoli-Salat servieren.

TIPP

Um das Fleisch und die Äpfel aufzuspiessen, dienen auch 8 normale Holzspiesse und zum Würzen die abgezupften Nadeln von 2 Rosmarinzwigen.

 **Zubereiten**
50 Minuten

 **Nährwerte**
1 Portion enthält ca.:
575 kcal | 38 g Eiweiss
25 g Fett | 46 g Kohlenhydrate

Malwettbewerb

CARNELLI GEHT ZELTEN

WAS ERLEBT ER AUF DEM ZELTPLATZ?

Juhu, endlich Sommer! Carnelli hat das Campingfieber gepackt: Auf geht's ins grosse Abenteuer! Dabei begleiten ihn seine Freunde und es gibt viel zu sehen.

Zeichne oder male Carnellis Erlebnisse für uns und gewinne mit etwas Glück einen der grossartigen Preise. Den Malbogen findest du im Heft.

Weitere Malbögen gibt's in vielen Metzgereien oder auf enguete.ch

DAS SIND DIE PREISE

3× wasserdichte Kinderdigitalkamera

3× wasserdichte Kinderuhr

6× wasserdichter Minilautsprecher

*Carnelli
geht zelten*
WAS ERLEBT ER
AUF DEM ZELTPLATZ?

**MALEN
UND GEWINNEN!**

Einsendeschluss:
30. August 2023



Ihr
**Schweizer
Fleischfach-
geschäft.**
Ausgezeichnet
für Fleisch
und mehr.



Der feine Unterschied.

Schweiz. Natürlich.



SUISSSE
GARANTIE



«Schweizer Fleisch»
auch auf Facebook,
Instagram, Pinterest
und TikTok.

IMPRESSUM | Herausgeber und Redaktion: Proviande, «Schweizer Fleisch», Bern, schweizerfleisch.ch
Schweizer Fleisch-Fachverband SFF, Zürich, sff.ch, enguete.ch | **Rezepte und Foodstyling:** Florina Manz, Bern, arte-cucina.ch
Fotos: Food Visuals, Bern, foodvisuals.ch | **Konzept, Gestaltung und Text:** Polyconsult AG, Bern, polyconsult.ch
Anregungen und Wünsche bitte an: Redaktion «en Guete», Proviande, «Schweizer Fleisch», Postfach, 3001 Bern