



www.mycow.de

Biofleisch mit Biografie
Rind . Schwein . Lamm

Rezeptheft

IV



Inhalt:

- 1 Kotelett Grillen mit Pistazien
- 2 Krustenbraten Grillen
- 3 Krustenbraten im Ofen
- 4 Krustenbraten Smoken
- 5 Schweinegulasch
- 6 Mecklenburger Rippenbraten vom Schwein



Guten Appetit!

Biofleisch bestellen:

www.mycow.de

Kontakt

www.mycow.de

Landnah GmbH

T: 03844 890 13 07

F: 03844 890 13 08

E: info@mycow.de

DE-ÖKO-034



www.mycow.de

Biofleisch mit Biografie
Rind . Schwein . Lamm



Kotelett mit Pistazien vom Grill



Zutaten für 2 Personen:

Für das Fleisch: 0,6 kg Kotelett (2 St.), 3 EL Meersalz, 1 EL Rohrohrzucker, 1l Wasser, 2 Lorbeerblätter, 50g Pistazien, ½ Bund Estragon, 1 TL Dijon-Senf, 2 EL Olivenöl // Für den Salat; 15 Cherrytomaten, ½ Bund Estragon, 1 EL Himbeeressig, 2 EL Olivenöl, 1 Schalotte, frisch geriebener Parmesan

Zubereitung:

Meersalz und Zucker in einer Schüssel im Wasser (kalt) auflösen, die Lorbeerblätter und die Koteletts hineinlegen. Drei Stunden im Kühlschrank ziehen lassen. Dann herausnehmen und abtupfen. Pistazien und Estragon hacken, Öl und Senf mischen und auf Kotelett von beiden Seiten streichen. Dann Pistazien und Estragon daraufgeben, leicht andrücken. Die Koteletts von beiden Seiten bei direkter Hitze 3 min. scharf angrillen mit Deckel und dann 10 min. am Rand ohne Hitze (und ohne Deckel) ruhen lassen. Zwischenzeitlich die Tomaten halbieren, mit restlichem Estragon, gehackter Schalotte, Essig und Öl mischen. Geriebenen Parmesan darüber geben.

Hinweis: Sie benötigen für dieses Rezept möglichst einen Kugelgrill.

Biofleisch bestellen:
<http://www.mycow.de>

Kotelett in unseren Paketen:
>> Kraft

Nichts verpassen: Rezepte und
Aktuelles in unserem Newsletter:
<http://www.mycow.de/newslette>

Kontakt

www.mycow.de
Landnah GmbH
T: 03844 890 13 07
F: 03844 890 13 08
E: info@mycow.de

Guten Appetit!



www.mycow.de

Biofleisch mit Biografie

Rind · Schwein · Lamm



Krustenbraten vom Grill



Zutaten für 4 Personen:

1,25kg Krustenbraten, Meersalz, Wasser, 0,5l Bier, 2 Schalotten, 1 EL Honig, 1 Piripiri/Chili Schote

Zubereitung:

6 EL Meersalz in einer Schüssel in 1,5l Wasser (kalt) auflösen. Den Krustenbraten hineinlegen und 2,5 h im Kühlschrank ziehen lassen. Dann herausnehmen und abspülen. Wasser aufkochen und in ein hitzebeständiges Gefäß gießen (ca. 1-2cm hoch). Sofort den Krustenbraten mit der Kruste nach unten in das Wasser legen und 3 min. ziehen lassen. Danach die Kruste rautenförmig einschneiden (nur die Kruste – nicht ins Fleisch schneiden).

Nun 0,5l Bier, 2 gehackte Schalotten, 1 EL Honig und 1 Chilischote (ohne Kerne) vermischen. Den Krustenbraten hineinlegen und 2h ziehen lassen.

Auf dem Grill von allen Seiten scharf angrillen und dann bei geschlossenem Deckel und mittlerer Temperatur min. 45. Min. indirekt garen. In ca. 1,5-2cm Einzelscheiben schneiden und diese kurz von beiden Seiten direkt kräftig angrillen für Röstaromen.

Hinweis: Sie benötigen für dieses Rezept einen Kugelgrill.

Biofleisch bestellen:
<http://www.mycow.de>

Krustenbraten in unseren Paketen:

- >> Little Family
- >> Family
- >> Weide-Genuss
- >> Kraft

Nichts verpassen: Rezepte und Aktuelles in unserem Newsletter:
<http://www.mycow.de/newsletter>

Kontakt

www.mycow.de
Landnah GmbH
T: 03844 890 13 07
F: 03844 890 13 08
E: info@mycow.de

Guten Appetit!



www.mycow.de

Biofleisch mit Biografie
Rind · Schwein · Lamm



Krustenbraten mit

Schwarzbier



Zutaten für 4 -6 Personen:

- A) 1,5 kg Schweine-Krustenbraten, 4 Zwiebeln, 3 Möhren, 1/3 Knollensellerie, 2 EL Kümmelsamen, 1/2 l Schwarzbier (oder natürlich Altbier)
B) 1 kleiner Weißkohl, 1 EL Zucker, 15 ml Weißweinessig, 50g Butter

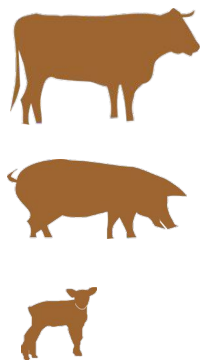
Zubereitung:

A) Backofen vorheizen auf 180 Grad. Krustenbraten 3 min. in heißem Wasser blanchieren. Gemüse schälen und klein würfeln. Fleisch salzen und pfeffern (am besten frisch gemahlen). Gemüse im Bräter verteilen, Kümmel hinzugeben und dann den Schweinebraten hineinlegen setzen. Etwas Wasser angießen. 1 h 45 min. im Ofen braten, ab und zu mit Bier übergießen. Erste 20 min. mit Deckel im Ofen, dann Deckel entfernen und die Schwarte einschneiden und ohne Deckel weiterbraten. Die Schwarte ist bei den mycow-Krustenbraten schon eingeritzt, so dass es nun ganz leicht geht. Vorsicht, dass Sie nicht bis ins Fleisch schneiden. Die Sauce durch ein Sieb gießen.

B) Strunk und Blattenden beim Weißkohl entfernen und dann kleinschneiden. Zucker in der Pfanne karamellisieren und dann mit Essig ablöschen. Butter und Kohl hinzugeben und mit wenig Hitze dünsten, zum Schluß ohne Deckel.

Mit Kartoffelklößen servieren.

Dazu schmeckt – Sie ahnen es – ein herrliches Schwarzbier.



Guten Appetit!

Biofleisch bestellen:

www.mycow.de

Kontakt

www.mycow.de
Landnah GmbH
T: 03844 890 13 07
F: 03844 890 13 08
E: info@mycow.de
DE-ÖKO-034



www.mycow.de

Biofleisch mit Biografie
Rind · Schwein · Lamm



Krustenbraten

Indirekt

Grillen mit

Rauch



Zutaten für 4 Personen:

1,5 kg Krustenbraten vom Bioschwein; für die Marinade: 1 TL Salz, 2 EL Senf, 1 gehäufte EL frisch gehackte Kräuter (Thymian, Oregano und 2 Blätter Salbei), 1 gestrichener TL Pfeffer, Pflanzenöl; zum Einlegen: 0,5 l helles Bier
für den Grill: Kugelgrill, Holz-Chips (z.B. Hickory)

Zubereitung:

Stellen Sie aus Salz, Senf, Kräutern, Pfeffer und etwas Öl durch Mischen eine cremige Paste her. Schneiden Sie die Schwarte des Krustenbratens tief ein (kleine Vierecke). Geben Sie das Bier in eine Schüssel und legen Sie den Krustenbraten mit der Schwarte nach oben in das Bier. Die Schwarte soll dabei trocken sein, diese Bestreichen Sie mit der Marinaden-Paste (ca. ½ Menge). Lassen Sie den Braten nun min. 6h ziehen. Heizen Sie den Grill vor. Sie werden ca. 1 ¼ h lang um die 170 Grad halten müssen. Legen Sie nun ein paar Holzchips (z.B. Hickory) hinzu, um Rauch zu erzeugen. Grillen Sie nun den Krustenbraten indirekt ¾ h mit der Kruste nach unten bei ca. 170 Grad. Bevor Sie den Grilldeckel schließen, streichen Sie die restliche Marinaden-Paste auf die Fleischseiten des Bratens. Zum Schluß noch ca. ½ h Garen mit der Kruste nach oben.

Auch kalt schmeckt der geräucherte Krustenbraten ganz hervorragend als Aufschnitt. Dafür einfach dünne Scheiben schneiden.

Guten Appetit!

Biofleisch bestellen:
<http://www.mycow.de>

Krustenbraten in unseren Paketen:

- >> Kraft
- >> Weide-Genuss
- >> Little Family

Nichts verpassen: Rezepte und Aktuelles in unserem Newsletter:
<http://www.mycow.de/newsletter>

Kontakt

www.mycow.de
Landnah GmbH
T: 03844 890 13 07
F: 03844 890 13 08
E: info@mycow.de

Szegediner Gulasch



Mit diesem Gulasch wird jeder zum Sauerkraut-Fan. Einfach und schnell zuzubereiten. Herzhaft und mild.

Zutaten: für 4 Portionen

0,5 kg Schweine-Gulasch, 1 rote und 1 gelbe Paprikaschote, 250g Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 60g Bauchspeck, 100 g Butter, 3 EL Paprikapulver (edelsüß), 250g mildes Sauerkraut, 1 TL Kümmelsamen, 1 TL Majoran, 1 Lorbeerblatt, 100 ml saure Sahne, ½ l Geflügelbrühe

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch sehr klein schneiden, Bauchspeck in kleine Würfel. Alles im Topf mit Butter anbraten, Fleisch hinzu, rundherum anbraten. Sauerkraut hinzu, dann Geflügelbrühe, Meersalz, Pfeffer und Gewürze. 1,5 h garen (schwache Hitze). Paprikaschoten klein würfeln und ca. 30 min vor Ende der Garzeit hinzufügen. Mit Klecks saurerer Sahne auf Tellern anrichten.

Dazu passt knuspriges Weizenbrot.





www.mycow.de

Biofleisch mit Biografie

Rind · Schwein · Lamm



Mecklenburger Rippenbraten vom Schwein



Zutaten für 4-6 Personen:

2,5kg Rippenbraten vom Schwein (mit Schwarte und Tasche), 2 kleine Äpfel, 1 handvoll Rosinen, 8 getrocknete Aprikosen, 12 Backpflaumen, 1 große Zwiebel, Senf, Salz, Pfeffer, Öl

Zubereitung:

Die Schwarte kreuzweise einschneiden (nicht zu tief), leicht einölen (Rapsöl), und einsalzen. Die Tasche innen salzen und mit Senf ausreiben. Ofen auf Umluft 170 Grad vorheizen. Äpfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und die Hälfte würfeln. Dann beides mit Rosinen, Aprikosen und Backpflaumen in einer Schüssel mischen. Mit dieser Mischung die Tasche der Schweinerippe füllen und dann die Öffnung mit einem einfachen Faden zunähen. – hier ist etwas Geschick erforderlich ☺ Eine tiefe Backform einfetten.

- 1.) 45 min. 170 Grad Umluft ohne Deckel – Schwarte nach unten
- 2.) 45 min. 170 Grad Umluft ohne Deckel – Schwarte nach oben
- 3.) 10 min. 170 Grad Umluft ohne Deckel – restliche Zwiebel in Achteln und ggf. übriggebliebene Füllung neben den Braten geben und anbraten
- 4.) 1,5 l Wasser aufgießen
- 5.) 60 min. 160 Grad Umluft mit Deckel – Schwarte nach oben

Flüssigkeit in einen Topf abgießen und das Fett abschöpfen. Rippenbraten leicht auftrennen und etwas Füllung entnehmen, die Sie mit in den Topf der Bratenflüssigkeit geben. Pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Soße leicht einkochen lassen auf dem Herd. **Tipp:** Am besten schmeckt der Rippenbraten am nächsten Tag, wenn er vor dem Servieren noch einmal eine ¼ Stunde im Ofen erwärmt wurde. Dazu passen Apfelrotkraut und Salzkartoffeln und auf jeden Fall Senf.

Guten Appetit!

Biofleisch bestellen:
<http://www.mycow.de>

Rippenbraten in unseren Paketen:
>> Großer Grunzer

Nichts verpassen: Rezepte und
Aktuelles in unserem Newsletter:
<http://www.mycow.de/newsletter>

Kontakt

www.mycow.de
Landnah GmbH
T: 03844 890 13 07
F: 03844 890 13 08
E: info@mycow.de