

# Enjoy!



OPEN FLAVOUR™

#7 DE - Frühjahr/Sommer

## ISLAND RAU & ROBUST >> 13



### Erleben Sie den Geschmack von Frühjahr und Sommer

Das Big Green Egg ist so vielseitig, dass man komplette und abwechslungsreiche Menüs darauf kochen kann; von der Vor- bis zur Nachspeise. Natürlich am besten mit möglichst vielen Zutaten, die für die jeweilige Jahreszeit charakteristisch sind. Deshalb wird es Ihnen mit den richtigen Vorbereitungen keine Mühe bereiten, köstliche Frühjahrs- und Sommermenüs zu bereiten.

>> 3 und 21

### Schmackhafte Entdeckungen in Nordwestirland

Geschmack ist für einen Küchenchef das oberste Gebot. Wenn man also die leckersten Speisen einer bestimmten Region entdecken will, erkundet man diese am besten mit einem Küchenchef. Wir suchen nach dem typischen Geschmack von Nordwestirland und besuchen daher zusammen mit Philipp Henkes einige dort ansässige Lieferanten.

>> 4

### Köstlich & gesund ohne Gluten

Immer mehr Menschen reagieren allergisch bzw. überempfindlich auf Gluten oder wollen ihren Glutenkonsum einschränken. Glücklicherweise brauchen Gerichte, die von Natur aus Gluten enthalten, nicht von der Speisekarte gestrichen werden. Künftig bereiten Sie diese Mahlzeiten einfach selbst zu, und Sie werden staunen wie lecker glutenfreie Gerichte schmecken können.

>> 10

### Backen mit dem Big Green Egg

Wie steht es mit Keksen, Poffertjes oder Kuchen und Torten? All dies können Sie auf dem Big Green Egg genauso leicht zubereiten wie pikante Gerichte. Und das Ergebnis? Das Big Green Egg verleiht auch süßen Leckereien seine typische Geschmacksnote - und somit das gewisse Etwas, das sie von anderem Gebäck unterscheidet. Machen Sie die Probe aufs Exempel und erleben Sie, wie wunderbar Feingebäck schmecken kann.

>> 17

### Einfache & schnelle Mahlzeiten für den Alltag

Meistens wird die Holzkohle im Big Green Egg angezündet, damit alle gemeinsam ausgiebig tafeln können. Aber ein Big Green Egg bietet auch jede Menge Möglichkeiten für einfache, schmackhafte Mahlzeiten, für deren Zubereitung Sie nicht lange in der Küche stehen müssen. Ideal, wenn Sie nach einem anstrengenden Arbeitstag nach Hause kommen oder wenn Sie abends noch ausgehen möchten.

>> 22

# Big Green Egg

## OPEN FLAVOUR™

Viele Profiköche verführen ihre Gäste jeden Tag mit dem köstlichen Geschmacksakzent von Gerichten, die auf dem Big Green Egg zubereitet wurden. Zusammen mit der langen Lebensdauer des EGGs und den diversen Kochtechniken, die mit diesem Kochgerät möglich sind, hat dieser wunderbare Geschmacksakzent dafür gesorgt, dass das Big Green Egg in der Gastronomie rasch Furore machte. Denn ebenso wie jeder Hobbykoch arbeiten die Profis vorzugsweise mit den besten Produkten und den hochwertigsten Küchengeräten, die den Geschmack der Zutaten optimal zur Geltung bringen. Einer von ihnen ist der Konditor Hidde de Brabander ...

*Ich sah das Big Green Egg zum ersten Mal in der Küche von Alain Alders im Landgut Duin & Kruidberg. Mit dem festen Willen, an die Spitze zu kommen, und auch mit ein wenig Bluff war es mir gelungen, dort einen Traumjob zu ergattern. Nebenbei bemerkt war ich – als gelernter Konditor – für die Feinbäckerei und die Desserts verantwortlich. Da ich unter einem enormen Leistungsdruck stand und den Erwartungen gerecht werden musste, habe ich eigentlich kaum auf das Gerät geachtet. Was mir dadurch entgangen war, begriff ich erst, als ich 2006 unter der Leitung von Jonnie Boer eine Stelle im Restaurant De Librije antrat. Auch er hatte das Big Green Egg bereits entdeckt. Der enorme Freiraum für Kreativität bei De Librije hat ungeheuer anregend auf mich gewirkt. Und obwohl nicht jeder in Verbindung mit Süßspeisen gleich an Feuer und Räuchergeschmack denkt, kann genau das diesen unvergleichlichen Geschmack zustande bringen. Nehmen Sie zum Beispiel geröstete Marshmallows – die findet fast jeder lecker. Von da an habe ich das Big Green Egg eigentlich fast täglich verwendet. Zu Hause ebenso wie im Restaurant; beispielsweise um Mandeln zu räuchern, die in einem meiner Nougatsorten verarbeitet werden, oder um Kakaobohnen zu rösten und daraus Schokolade herzustellen. Und auf Wunsch eines meiner Kunden backe ich Schokoladentörtchen und -kekse auf dem Big Green Egg. Außerdem ist es ein großer Vorteil, dass das Big Green Egg so unglaublich viele verschiedene Zubereitungsarten ermöglicht. Man kann das Gerät nämlich für unterschiedliche Arten der Wärmeübertragung verwenden; im Prinzip kann man also für jede Zubereitungsmethode, die Wärme erfordert, das Big Green Egg einsetzen. Auch für Backofengerichte, obwohl ich manchmal höre, dass die Leute aus Bequemlichkeit den normalen Backofen benutzen. Ja, man muss das Big Green Egg natürlich ab und zu mit Holzkohle füllen, dieses anzünden und die Temperatur regeln. Ein Druck auf den Knopf reicht hier nun einmal nicht aus. Aber das EGG kann genauso schnell erhitzt werden wie ein gewöhnlicher Backofen, und es gibt auch keine längeren Zubereitungszeiten. Zudem zahlt sich das bisschen Mühe wirklich aus. Mit einem Big Green Egg kann man die spannendsten Sachen ausprobieren, und es macht einfach jedes Gericht zu einem besonderen Genuss. Allerdings sollte man sich immer fragen, ob das Big Green Egg-Aroma dem Geschmack der jeweiligen Zutat oder des Gerichts zuträglich ist, denn dieser wird auf positive Weise erheblich verstärkt. Das gilt auch für den Gebrauch von Pfeffer und Salz. Diese Gewürze verwendet man zwar oft, aber nicht immer. Eigentlich ist das Big Green Egg nicht mehr aus meinem Leben wegzudenken.*

Hidde de Brabander  
Dreams of Magnolia

## Rezeptindex

### Seite 3

- Asiatische Krabbenchips mit Nudelsalat und Frühlingzwiebeln
- Lammspieß mit Polenta, Paprika und Rucolapesto
- Waldbeerenflan

### Seite 6

- In Teriyaki-Sauce glasierte Muscheln mit Radieschen und Basmati-Petersilienschau
- Gegrillte Austern mit Zwiebelcrème, Rote-Bete-Gelee und geröstetem Guinness-Brot

### Seite 7

- Gegrillte Lamm-Rumpsteaks mit gegrilltem Gemüse, Anis-Möhrenpüree und Thymiansauce

### Seite 10 (ohne Gluten)

- Ananas-Kokos-Kuchen
- Apfel-Crumble

### Seite 11 (ohne Gluten)

- Pizza

### Seite 14

- Geräucherter Lachs mit Pastinakenpüree und einem Salat aus Apfel und Fenchel

### Seite 15

- Spareribs mit Senf-Barbecuesauce
- Seeteufel mit Tomatenpesto und Enoki-Pilzen
- Muscheln von der Grillplanke

### Seite 17

- Bretonische Kekse mit geräuchertem Rohrzucker

### Seite 18

- Mandeltörtchen
- Poffertjes mit Bier

### Seite 19

- Pistazienkuchen
- Granola

### Seite 21

- Salat aus geräuchertem Gänsebrustfilet, gegrillten Sommermöhren und Brunnenkresse
- Gegrillte Gänsebrust mit einer Crème aus weißen Bohnen und einem Salat aus Staudensellerie und Gänsekeule
- Nektarinenkuchen mit Rahmkäse

### Seite 22

- Basmati-Reis mit gebratenem Huhn und Gemüse
- Gegrillter Seeteufelschwanz und Tempeh mit Wok-Gemüse
- Lammracks mit gegrilltem Spargel und Quinoasalat
- Rib-Eye vom Kalb mit Nusspesto und Pappardelle-Nudeln

## Über das Big Green Egg

Das Big Green Egg ist in vielerlei Hinsicht wirklich einzigartig. So sind unsere EGGs von unvergleichlicher Qualität, weil darin diverse patentierte Zubehöreile und Innovationen auf dem Gebiet der Keramik verwendet werden, die für NASA-Zwecke entwickelt wurden. Das Big Green Egg ist weltweit der einzige Kamado (Keramikofen), der aus dieser speziellen Keramik gefertigt wird. Die optimalen Geschmackseinflüsse, welche die Keramik und die davon reflektierte Wärme auf die Zutaten und Gerichte haben, werden Sie bei jeder Zubereitung erleben, unabhängig von der verwendeten Kochtechnik. Außerdem wird das Kochen im Freien durch die vielen hochwertigen Zubehöreile des Big Green Eggs sicherer, einfacher und vielseitiger und sie machen den Big Green Egg-Lifestyle erst komplett.

Enjoy!  
Big Green Egg Europe

## Europäische Küchenchefs bieten zündende Ideen auf dem EGGtoberfest in den USA

Im Oktober vergangenen Jahres fand im Stone Mountain Park in Atlanta zum 18. Mal das EGGtoberfest® statt. Ein jährlich wiederkehrendes Spektakel, bei dem das Big Green Egg selbstverständlich im Mittelpunkt steht. Dieses Jahr hatte das amerikanische EGGtoberfest allerdings aufgrund der Anwesenheit von fünfzehn europäischen Küchenchefs eine europäische Note.

Die europäische Delegation bestand aus einer Abordnung der vielen tausend Küchenchefs aus unserem Kontinent, die inzwischen den Mehrwert eines Big Green Eggs entdeckt haben. Ziel der Reise war der Austausch von Wissen, und natürlich wollte man auch zusammen mit den Besuchern die köstlichsten Gerichte genießen, die sowohl von den Profi- als auch von den Verbraucherteams zubereitet wurden.

### Großer Erfolg

Gegründet wurde das EGGtoberfest 1998, als The Big Green Egg Company den Mitgliedern des amerikanischen EGGhead® Forums die Möglichkeit bot, sich zu treffen und gemeinsam zu kochen. Im ersten Jahr nahmen rund 100 Big Green Egg-Pioniere sowie 15 Küchenchefs an der Veranstaltung teil, wobei jeder ein EGG in seine Obhut genommen hatte. Für das erste Treffen dieser Art war das schon ein Riesenerfolg.

Inzwischen hat sich das EGGtoberfest zu einer echten Großveranstaltung entwickelt, bei der sich die Teams der 200 Big Green Eggs teilweise aus Verbrauchern und teilweise aus Profiköchen zusammensetzen. Die letzte Veranstaltung lockte ungefähr 3.000 Gäste an, die sich die kulinarischen Genüsse nicht entgehen lassen wollten.

### From Europe with Love

Der Beitrag „unserer“ Küchenchefs bestand unter anderem aus grünem Lammcurry mit Paratha (Fladenbrot), geräucherten Austern mit Mango Pickle, gegrilltem Bavette mit Rendang-Sauce sowie aus meisterlich gebackenem Brot mit Auberginen- und Paprikapüree und langsam gegarter Lammroulade. Damit verstanden sie es, sowohl die Besucher als auch die amerikanischen Kochprofis angenehm zu überraschen. Europa hat also einen unauslöschlichen Eindruck hinterlassen!



Möchten Sie gerne wissen, welche Gerichte die europäischen Küchenchefs während des EGGtoberfestes zubereitet haben? Unter [www.15topchefs.com](http://www.15topchefs.com) finden Sie eine digitale (englischsprachige) Version des Büchleins „From Europe with Love“ (Liebesgrüße aus Europa), in das alle Rezepte aufgenommen wurden.

### Sicherheit steht an erster Stelle

Beim Kochen muss der convEGGtor® regelmäßig eingesetzt oder aus dem EGG® herausgenommen werden oder der Rost aus Edelstahl muss durch den gusseisernen ersetzt werden (oder umgekehrt). Verwenden Sie dazu stets das richtige Zubehör, wie zum Beispiel die Grillhandschuhe mit Aramidgewebe und den Rostheber. Achten Sie darauf, das angezündete EGG immer in zwei Schritten zu öffnen: Öffnen Sie den Deckel zunächst einige Zentimeter, sodass langsam Sauerstoff zugeführt wird. Halten Sie den Deckel einige Sekunden in dieser Position, bevor Sie den Grill ganz öffnen. Auf diese Weise werden Stichflammen vermieden. Lesen Sie vor dem erstmaligen Gebrauch Ihres EGG alle Sicherheitstipps unter [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu) sorgfältig durch!

## Impressum

Enjoy! ist eine Ausgabe von Big Green Egg Europe BV  
Jan van de Laarweg 18  
2678 LH De Lier, Nederland  
E-Mail: [enjoy@biggreenegg.eu](mailto:enjoy@biggreenegg.eu)  
[www.biggreenegg.eu](http://www.biggreenegg.eu)

Redaktion Inge van der Helm

### Rezepte

Coen van Dijk, Philipp Henkes,  
Jan-Willem van der Boom, Hrefna Sætran,  
Hidde de Brabander und Martin Rotteveel.

Konzept & Umsetzung  
Big Green Egg Europe BV

### Fotografie

Creative Skills und Femque Schook.

Vertrieb Big Green Egg Europe BV

### Druck

Rodi Rotatiedruk



Wir bedanken uns bei Yvonne Coolen,  
Hans van Montfort, Henk Stam und Herre Meijer.

Für die Verwendung von den in Enjoy! publizierten Artikeln ist die vorherige schriftliche Genehmigung von Big Green Egg Europe erforderlich. Diese Ausgabe wurde mit größter Sorgfalt zusammengestellt. Dennoch können weder ihre Autoren noch Big Green Egg Europe für eventuelle Schäden, die mit den darin enthaltenen Informationen in Zusammenhang gebracht werden, haftbar gemacht werden.

Big Green Egg®, EGG®, convEGGtor® und MiniMax™ sind (eingetragene) Marken von Big Green Egg Inc.

© 2016 Big Green Egg Europe  
Enjoy! Frühjahr/Sommer 2016

## Asiatische Krabbenchips mit Nudelsalat und Frühlingszwiebeln



Lammspieß mit Polenta, Paprika und Rucolapesto

## Waldbeerenflan



# BIG GREEN EGG MENÜ DER SAISON

## Den Frühling schmecken

Liegt der Frühling schon in der Luft? Dann sind auch wieder alle frischen Frühjahrszutaten erhältlich. Verwenden Sie diese als Grundlage für die leckersten Gerichte, zum Beispiel für dieses appetitliche Drei-Gänge-Menü. Denn saisonale Zutaten und das Big Green Egg bilden eine perfekte Kombination. Schmecken und genießen Sie den Frühling!

Würden Sie sich nicht auch freuen, in Ihrer Mailbox die neuesten Saisonmenüs und Rezept-Specials für das Big Green Egg vorzufinden? Melden Sie sich dazu einfach auf [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu) für Inspiration Today an. Sie können sich dann immer wieder von fantastischen Rezepten inspirieren lassen.

### Zutaten (Für 4 Personen)

#### Vorspeise: Krabbenchips

250 g Krabbenfleisch, vorzugsweise Queen Crab (Riesenkrebbe)  
50 g Ingwer  
1 Knoblauchzehe  
1 Stängel Zitronengras  
5 Frühlingszwiebeln  
½ Bund Koriander  
8 Limettenblätter (Jeruk purut)  
1 TL Koriandersamen (Ketumbar)  
250 ml süße Chilisauce  
250 g geschälte Gambaschwänze  
250 g Reismudeln (Mihun)  
1 rote Chilischote  
50 g Zuckerschoten  
1 Bio-Zitrone (den Zitronenabrieb für den Flan verwenden)  
50 ml Sesamöl  
50 g Sojasprossen

#### Hauptgericht: Lammspieß

2 rote Paprika  
Olivenöl  
3 Knoblauchzehen  
1 Zweig Rosmarin  
250 g Polenta  
50 g Butter  
100 g geriebener Parmesan  
1 Bund Rucola, ca. 125 g  
1 Lammkeule à 1 kg

#### Nachspeise: Waldbeerenflan

(für 6 bis 8 Personen)  
125 g Butter + extra Butter zum Einfetten  
4 Eier  
150 g Zucker  
500 ml Vollmilch  
115 g Mehl + etwas Mehl zum Bestäuben  
1 Bio-Zitrone (den Saft für den Nudelsalat verwenden)  
200 g Waldbeeren  
125 g Crème fraîche

#### Benötigtes Zubehör:

Grillrost aus Gusseisen  
Rostheber  
convEGGtor  
Dutch Oven  
2 FireWire, Flexible Grillspieße  
Grillhandschuh mit Aramidgewebe  
Halbe Grillplatte aus Gusseisen  
Grill Wok

### Vorbereitung

#### Krabbenchips



Krabbenfleisch zerteilen und den Ingwer und den Knoblauch schälen. Dann das unterste Stück des Zitronengrases und der Frühlingszwiebeln abschneiden und, falls nötig, die äußeren Blätter entfernen. Die Blättchen vom Koriander abzupfen (für späteren Gebrauch beiseite legen). Korianderstängel, Ingwer, Knoblauch, Zitronengras und Limettenblätter fein schneiden und die Koriandersamen im Mörser pulverisieren. Die fein geschnittenen Zutaten und die Koriandersamen mit der süßen Chilisauce vermischen. Die Gambaschwänze mit 2 Esslöffeln der Sauce und etwas Salz nach Geschmack in die Küchenmaschine geben und zu einer glatten Masse verrühren. Die Masse in eine Schüssel füllen. Dann eine der Frühlingszwiebeln fein schneiden und zusammen mit dem Krabbenfleisch mit der Gambamasse vermischen. Mindestens 1 Stunde abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen, sodass die Mischung ordentlich abkühlt. Inzwischen die Nudeln, entsprechend der Anleitung auf der Verpackung, im Salzwasser gar kochen. Abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Chilischote halbieren und den Stiel und die Saat entfernen. Die Schote, die übrigen Frühlingszwiebeln und die Zuckerschoten in dünne Streifen schneiden. Die vorbereiteten Zutaten bis zur Verwendung abgedeckt im Kühlschrank lagern.

#### Lammspieß

Zünden Sie die Holzkohle im EGG an und erhitzen Sie es zusammen mit dem Gusseisenrost auf 200°C. Paprika und mit Olivenöl bestreichen. Legen Sie sie auf den Gusseisenrost, schließen Sie den



Deckel und rösten Sie die Paprika ca. 8 Minuten von allen Seiten, bis die Haut sich etwas abzulösen beginnt. Nehmen Sie die Paprika vom Rost und lassen Sie sie in einer mit Alufolie abgedeckten Schüssel abkühlen. Den gusseisernen Grillrost mit dem Rostheber aus dem EGG herausnehmen. Den convEGGtor einsetzen und den Rost wieder einschließen. Das EGG auf 140°C erhitzen. Den Dutch Oven auf dem Rost erhitzen und aus Backpapier einen Kreis ausschneiden, dessen Durchmesser etwas kleiner ist als der Topf. Inzwischen den Knoblauch schälen und zwei Zehen fein hacken (die andere Zehe für das Pesto aufbewahren). Die Nadeln vom Rosmarin abzuziehen und fein hacken. Den fein gehackten Knoblauch im Dutch Oven anbräunen lassen. Den Rosmarin und 1 Liter Wasser hinzufügen. Den Deckel des EGGs schließen und das Wasser zum Kochen bringen.

Die Polenta unter Rühren beifügen, das runde Stück Backpapier auf die Polenta legen und den Dutch Oven mit dem Deckel abschließen. Den Deckel des EGGs schließen und die Polenta ca. 25 Minuten garen lassen.

Dann den Dutch Oven aus dem EGG nehmen und die Butter, 70 Gramm des geriebenen Parmesans und Salz nach Geschmack einrühren. Um die Polenta etwas sämiger zu machen, eventuell noch 2-3 Esslöffel Olivenöl hinzugeben. Eine Auflaufform mit Backpapier auslegen und eine ca. 2 cm dicke Schicht Polenta hineingeben. Abkühlen lassen, abdecken und im Kühlschrank steif werden lassen.

Bereiten Sie in der Zwischenzeit das Pesto zu: Hierfür den Rucola zusammen mit dem beiseite gelegten Knoblauch, dem übrigen Parmesan, sowie Pfeffer und Salz nach Geschmack in der Küchenmaschine fein mahlen. Während des Strahlens so viel Olivenöl in einem dünnen Strahl in die Küchenmaschine gießen, bis die Masse die Konsistenz eines Pestos erreicht. Bis zum Servieren abgedeckt im Kühlschrank lagern.

Die Lammkeule ausbeinen (oder dies vom Metzger erledigen lassen). Das Lammfleisch in 3 x 3 cm große Würfel schneiden und mit Pfeffer und Salz würzen. Die Haut von der gerösteten Paprika abziehen, die Schoten halbieren und Stiele und Saat entfernen. Nun mit einer runden Ausstechform (3 cm Ø) Kreise aus der Polenta und der Paprika ausstechen. Das Fleisch, die Polenta und die Paprika abwechselnd auf die flexiblen FireWire



Grillspieße aufspießen. Bis zur Zubereitung abgedeckt im Kühlschrank lagern.

#### Waldbeerenflan

Den Gusseisenrost eventuell durch den Edelstahlrost ersetzen. Den convEGGtor im EGG lassen und dieses auf 150°C erhitzen. Die Butter schmelzen lassen. Das Eiweiß von den Eidottern trennen, das Eiweiß beiseite stellen und die Eidotter zusammen mit dem Zucker und 1 Esslöffel lauwarmem Wasser in eine Rührschüssel geben. Mit einem elektrischen Mixer zu einer lockeren Masse verquirlen. Während des Quirlens die Milch, das Mehl und die geschmolzene Butter hinzufügen, sodass sich ein Teig bildet. Die Zitrone waschen, die Hälfte der Schale über der Schüssel raspeln (die Zitrone selbst für den Nudelsalat verwenden) und eine Prise Salz beifügen. Die Rührstäbe des Mixers gründlich entfetten. Dann das Eiweiß in eine zweite Schüssel füllen und steif schlagen. Das Eiweiß mit einem Spatel unter den Teig heben.

Eine runde Auflaufform (ca. 23 cm Ø) mit Butter einfetten und mit Mehl bestäuben. Die Waldbeeren waschen und trocken tupfen. 150 Gramm der Beeren über die Auflaufform verteilen und mit dem Teig bedecken. Die Form auf den



Rost stellen, den Deckel des EGGs schließen und den Flan in 30-40 Minuten fertig backen. Der Flan ist gar, wenn er nicht mehr flüssig ist, sondern sich fest anfühlt. Den Flan aus dem EGG nehmen, abkühlen lassen und bis kurz vor dem Servieren abgedeckt im Kühlschrank lagern. Das Feuer im EGG löschen oder mit der Zubereitung des Menüs fortfahren.

#### Zubereitung

##### Krabbenchips

Den Rost aus dem EGG heben, mit den Grillhandschuhen den convEGGtor herausnehmen und den Rost wieder ins EGG zurücklegen (oder den Gusseisenrost). Die halbe Grillplatte aus Gusseisen (mit der glatten Seite nach oben) darauflegen und das EGG auf 180°C erhitzen. Inzwischen die Korianderblätter

fein schneiden und die Zitrone halbieren. Die Grillplatte mit einem Esslöffel Sesamöl bestreichen. Mithilfe von zwei Esslöffeln kleine Portionen der Mischung auf der Platte verteilen und von beiden Seiten goldbraun backen, bis sie gar ist. Währenddessen den Grill Wok auf der freien Hälfte des Rosts erhitzen und hierin die in Streifen geschnittenen Chilis, die Frühlingszwiebeln, die Zuckerschoten und die Sojasprossen in ca. 3 Minuten unter Rühren anbraten. Hierbei zur Sicherheit die Grillhandschuhe anziehen und zwischen den Zubereitungsphasen immer wieder den Deckel schließen. Das Gemüse mit einem Esslöffel Sesamöl beträufeln und gut durchrühren.



Schließlich das Ganze mit den gekochten Nudeln vermischen und erwärmen. Dann die Nudeln und das Gemüse in eine große Schüssel füllen, mit dem restlichen Sesamöl beträufeln und den Saft aus den Zitronenhälften darüber auspressen. Mit den Korianderblättern, sowie mit Pfeffer und Salz nach Geschmack bestreuen und vorsichtig durchrühren. Mit den Krabbenchips und der süßen Chilisauce servieren.

#### Lammspieß

Die halbrunde Grillplatte mit dem Grillhandschuh aus dem EGG nehmen. Falls nötig, können Sie den Edelstahlrost mit Hilfe des Rosthebers durch den Gusseisenrost ersetzen. Schließen Sie den Deckel, sorgen Sie dafür, dass sich das EGG wieder auf 180°C erhitzt und warten Sie, bis der Rost heiß genug ist. Dann legen Sie die gefüllten FireWire Grillspieße auf den Rost, schließen den Deckel des EGGs und grillen die Spieße ca. 10 Minuten, bis das Fleisch schön braun und gar ist. Nach der Hälfte der Garzeit ziehen Sie die Grillhandschuhe an und wenden die Spieße.



Servieren Sie die Spieße mit dem Rucolapesto und eventuell mit einem gemischten Salat, in dem die abgeschnittenen Paprikastücke enthalten sind.

#### Waldbeerenflan

Die Auflaufform aus dem Kühlschrank nehmen und den Flan auf einen Teller stürzen, eventuell auf einem zweiten Teller umdrehen, sodass sich die Waldbeeren unter dem Flan befinden. Auf Zimmertemperatur erwärmen lassen. Schneiden Sie ihn nun in Stücke und servieren Sie ihn mit der Crème fraîche und den restlichen Waldbeeren.



# Aus der Heimat des Chefkochs

## Fleisch & Fisch aus der Küche von Philipp Henkes

Jede Region hat ihre eigenen Spezialitäten; manche von ihnen sind nur im betreffenden Gebiet bekannt, andere jedoch auch im In- und Ausland. Neben Guinness-Bier und irischem Whiskey genießen vor allem Lamm- und Rindfleisch, aber auch Fisch, Schalentiere und Muscheln weit über die Landesgrenzen Irlands hinaus einen hervorragenden Ruf. Gemeinsam mit dem Küchenchef Philipp Henkes haben wir die Lieferanten von Lough Eske Castle in Nordwestirland besucht und schnell verstanden, warum die Spezialitäten dieser Region so beliebt sind.



**Philipp ist ein engagierter Küchenchef, der in Deutschland geboren und aufgewachsen ist und mit 16 Jahren die Laufbahn eines Kochs einschlug. Nachdem er seine Ausbildung zum Koch abgeschlossen hatte, zog der junge Küchenchef nach Österreich, um für das Schloss Velden Hotel zu arbeiten, das zur Capella Hotel Group gehört. Danach setzte er seine Karriere beim Breidenbacher Hof in Düsseldorf fort. Später wurde er unter anderem Souschef des auf mediterrane Speisen spezialisierten Restaurants The Knolls bei Capella Singapore und erhielt schließlich das Angebot, in derselben Hotelgruppe Executive Chef des Solis Hotel & Spa Lough Eske Castle im irischen Donegal Town zu werden. Mittlerweile ist Philipp in sein Heimatland zurückgekehrt, um nach der jahrelangen Auslandstätigkeit wieder mehr Zeit für seine Familie und Freunde zu haben und sich auf ein neues kulinarisches Abenteuer in einer anderen Region einzulassen.**

### Fachwissen der Erzeuger

„Ein wirklich fantastisches Angebot, mit 29 Jahren Executive Chef zu werden“, erzählt Philipp. „Und Irland ist unglaublich schön! Vor allem im Norden und hier im Nordwesten ist die Natur noch ganz wild und ursprünglich. In Verbindung mit dem Fachwissen der Erzeuger sorgt diese Landschaft dafür, dass es ein exzellentes, riesiges Angebot an Fleisch und Fisch gibt. Ein großer Teil wird in andere europäische Länder exportiert und auch aus Amerika nimmt die Nachfrage nach irischem Fleisch immer mehr zu. Das Fleisch ist nicht nur lecker, sondern auch besonders gesund, weil es von Tieren stammt, die mit Gras gefüttert werden. Außerdem

verstehen die Fleischerzeuger ihr Handwerk, sie lieben ihren Beruf und lehnen Massenproduktion ab.“

### Eddie Walsh & Sons

Inzwischen sind wir bei Eddie Walsh & Sons angekommen, einer Metzgerei in der Upper Main Street in Donegal Town. Der 1962 von Eddie Walsh gegründete Familienbetrieb wird heute schon von der dritten Generation der Familie Walsh geführt. Außer der Metzgerei in Donegal besitzt die Familie noch eine zweite Metzgerei im nahegelegenen Ballintra, dem Betrieb, in dem Eddie einst begann. Zum Familienbetrieb gehört auch ein Bauernhof, in

dem das Vieh unter optimalen Bedingungen gehalten wird. Das Fleisch dieser Tiere landet letztendlich in der Ladenvitrine von Eddie Walsh & Sons. Philipp: „Der Großteil des Rindfleisches in Irland stammt von den irischen Fleischerassen Hereford und Angus. In Verbindung mit den Lebensbedingungen der Tiere liefern diese Rassen ausgezeichnetes Fleisch. Bei Eddie Walsh & Sons arbeitet man jedoch auch mit der französischen Fleischerasse Aubrac, auf die der Betrieb spezialisiert ist. Dieses Fleisch ist dafür bekannt, dass es nicht nur hervorragend schmeckt, sondern auch saftig und besonders hochwertig ist. Die Metzgerei hat sich in all den Jahren einen exzellenten Ruf erworben und wird für ihr Fleisch,





ihre Burger und Würste bei Wettbewerben immer wieder mit Preisen ausgezeichnet.“

### Das Geheimnis der Qualität

Edmond Walsh: „Das Geheimnis der Qualität von irischem Fleisch – sowohl von Rind- als auch von Lammfleisch – liegt in einer Kombination aus der Fleischrasse, den Lebensbedingungen der Tiere, deren Futter und dem fachlichen Können des Metzgers. Hier in Irland haben wir das Glück, über so ideale Bedingungen, wie viel Platz und ein günstiges Klima, zu verfügen. Die Winter sind relativ mild und die Sommer nicht extrem heiß. Die Landschaft ist überwiegend mit Gras bedeckt und das Vieh kann den größten Teil des Jahres in seiner natürlichen Umwelt, im Freien, verbringen. Die Tiere ernähren sich selbst ausschließlich mit Gras.“ Ein großer Vorteil ist, dass das Verdauungssystem von Rindern und Schafen auf den Grasverzehr eingestellt ist und dadurch dem Fleisch verschiedene gesundheitliche Pluspunkte zuerkannt werden können. Zum Beispiel enthält es unter anderem weniger gesättigte Fettsäuren, als das Fleisch von mit Getreide gefütterten Tieren. Zudem sorgt der Grasverzehr für eine leichte Fettmarmorierung, sodass das Fleisch einen charakteristischen, vollen Geschmack erhält. Dieser Geschmack ist tatsächlich ganz und gar natürlich.

### Charakteristischer Geschmack

„Auch die Bewegungsfreiheit, die die Tiere haben, spielt für die Zartheit des Fleisches eine wichtige Rolle. Hierdurch wird das Fett nämlich schön verteilt, und Fett macht das Fleisch schmackhaft“, ergänzt Philipp. „Fleisch von Tieren, die mit Gras gefüttert werden, ist übrigens allgemein etwas magerer als Fleisch von Tieren, die Getreidefutter erhalten. Kettle Irish Foods, ein nordirischer Fleischerzeuger, bietet beispielsweise nicht nur Fleisch von 100 % mit Gras gefütterten Tieren an, sondern auch eine Fleischlinie, bei der die Tiere in den letzten 100 Tagen vor der Schlachtung zusätzliches Futter



bekommen. Das Fleisch besitzt dann zwar nach wie vor den charakteristischen Geschmack von Fleisch aus Grasfütterung, enthält aber etwas mehr Fett.“

### Größter Fischereihafen Irlands

„Nehmen Sie doch mal das Lammfleisch von Eddie Walsh & Sons: Wenn Sie das bis zu einer guten Kerntemperatur garen, also medium bis medium rare, dann erhalten Sie ein ausgesprochen zartes, saftiges Fleisch mit optimalem Geschmack.“ Nachdem wir um einige schöne Lamm-Rumpsteaks reicher sind, die später auf dem Big Green Egg zubereitet werden, wird es Zeit für einen Besuch bei Albatross Seafoods. Dieser Stammlieferant von Lough Eske Castle ist in Killybegs ansässig, wo sich der größte Fischereihafen Irlands befindet. Philipp: „Auch die Qualität der irischen Fische sowie der Schalentiere und Muscheln ist phänomenal. Nicht nur Luft und Erde sind hier unglaublich sauber, sondern dies gilt auch für die Meere, von denen Irland umgeben ist. Vor allem der Atlantische Ozean ist diesbezüglich ein großartiger Lieferant. Die Donegal-Austern und die irischen Muscheln

sind weit über die Landesgrenzen hinaus berühmt, aber auch der Lachs, der Seeteufel, die Makrele und andere Fischarten sind einfach prachtvoll!“

### Donegal-Austern

„Besonders die Donegal-Austern genießen weltweit einen hervorragenden Ruf“, fährt Philipp fort. „Die Austernzuchtanlagen in und um Donegal werden als die besten in Europa betrachtet. Das saubere Wasser des Atlantiks spielt hierbei eine bedeutende Rolle, ebenso wie die Gezeiten. Denn die Zuchtbecken, die man hier in großer Zahl antrifft, stehen aufgrund von Ebbe und Flut nicht ständig unter Wasser. Austern wachsen nämlich nur dann, wenn sie sich unter Wasser befinden, weil sie in dieser Zeit Nährstoffe aus dem Wasser aufnehmen können; dadurch wird das Austernfleisch besonders schmackhaft. Die Erzeuger versetzen die Austern regelmäßig in einen anderen Teil der Bucht, da das natürliche Nahrungsangebot schwankt. Die Austern werden also an die Stelle in einem Zuchtbecken gelegt, die in diesem Moment am besten zu ihrem Wachstumsstadium passt.“

### Großer Erfolg

„Albatross Seafoods wurde 1988 gegründet. Der Inhaber John Boyle kaufte zu diesem Zeitpunkt schon seit einigen Jahren den Fang diverser Fischer im Hafen von Killybegs, um ihn an die örtliche Bevölkerung weiterzuverkaufen“, erklärt Philipp. „Er sah, dass die Nachfrage nach Fisch von guter Qualität zunahm, obwohl hier im Nordwesten immer noch mehr Fleisch als Fisch gegessen wird. Die Bevölkerung ist ziemlich traditionell eingestellt und steht neuen Geschmacksrichtungen weniger aufgeschlossen gegenüber als im Süden und in Städten wie Dublin und Galway. Doch dank seiner Fachkenntnis und Erfahrung, die er im Laufe der Jahre gesammelt hatte, machte John Albatross Seafoods zu einem großen Erfolg. Von einem kleinen Lagerschuppen auf dem Pier in Killybegs, wo er den Fang mit der Hand entgrätete und ihn in Eis einlegte, um ihn dann an die Hotels, Restaurants und Fischbauern zu liefern, hat sich sein Betrieb zu einem seriösen Unternehmen mit rund 350 Kunden im Nordwesten, Westen und im Herzen von Irland entwickelt.“

### Kosten Sie mal, wie gut das schmeckt

„Neben frischem Fisch, Schalentieren und Muscheln liefert das Unternehmen auch Filets, tiefgefrorenen Fisch und geräucherten Fisch aus der eigenen Räucherei, wie zum Beispiel Schellfisch, Kabeljau, Makrelen und Kipper (warm geräucherter Hering). Übrigens stammen nicht alle Fische der Albatross Seafoods aus den Gewässern rund um Irland; bei bestimmten Sorten ist das Unternehmen doch auf andere Meere angewiesen“, berichtet der Chef, während er geschickt eine frische Auster aufschneidet. „Hier, kosten Sie mal, wie lecker die Austern schmecken. Das ist eben das Schöne an guten Lieferanten: Man kann darauf vertrauen, dass sie die beste Qualität liefern. Denn der Geschmack eines gelungenen Gerichts beginnt immer bei der Qualität der Zutaten ...“



### Bord Bia

Bord Bia ist die irische Lebensmittelorganisation, die weltweit für die Handelskontakte und die Werbung für irische Lebensmittel verantwortlich ist. Mit dem Cattle Movement Monitoring System (CMMS) hat die Organisation das erste Registrierungssystem eingeführt, mit dessen Hilfe die Herkunft eines jeden Rinds zurückverfolgt werden kann. Und mit dem Quality Assurance Scheme (BQAS) ist Bord Bia sogar noch einen Schritt weiter gegangen. In dieses System wurden nämlich bestimmte Kriterien aufgenommen, und zwar in Bezug auf Gesundheit, artgerechte Haltung, Umwelt, Fütterung, Verabreichung von Medikamenten, Herkunft und Rückverfolgbarkeit der Tiere. Das System zielt darauf ab, in der gesamten Kette fortwährend die beste Qualität zu gewährleisten.



Donegal ist ein Dorf im Nordwesten Irlands; und zwar in der Grafschaft Donegal. Die Grafschaft gehört zur Republik Irland und grenzt an Nordirland, Beide Länder bilden zusammen mit England, Schottland und Wales das Vereinigte Königreich. Die Region ist hügelig bis gebirgig und die Küstenlinie ist von steilen, imposanten Klippen gekennzeichnet, die eine herrliche Aussicht über den Atlantik bieten.





## In Teriyaki-Sauce glasierte Muscheln mit Radieschen und Basmati-Petersilienschaum

Für 8 Personen

8 Jakobsmuscheln in der Schale  
8 Radieschen

**Für die Teriyaki-Sauce:**  
2 EL Maizena (Speisestärke)  
120 ml Wasser  
120 ml Sojasauce  
½ TL Ingwerpulver  
¼ TL Knoblauchpulver  
5 EL dunkler Farinzucker  
2 EL Honig  
Weißer Pfeffer

**Für den Schaum:**  
27 g Basmati-Reis  
500 ml Sahne  
125 ml Hühnerbrühe  
5 ml Knoblauchöl  
3 g Blattpetersilie

**Benötigtes Zubehör:**  
2 Grillplanken aus Zedernholz

1. Sägen Sie acht ca. 5 cm breite Streifen von den Grillplanken aus Holz ab und schmirgeln Sie die Schnittkanten glatt. Für die Sauce das Maizena in der Hälfte des Wassers auflösen. Den Rest des Wassers zusammen mit den übrigen Zutaten in einer Stielpfanne auf dem Herd erhitzen. Die Maizenamischung

durchrühren und einkochen lassen, bis die Sauce eingedickt ist. Die Pfanne vom Herd nehmen.

2. Für den Schaum den Reis in der Sahne zum Kochen bringen und 22 Minuten kochen lassen. Inzwischen die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem Rost auf 200°C erhitzen.

3. Die übrigen Zutaten für den Schaum hinzufügen, in einen Mixer schütten und 6-8 Minuten zu einer vollständig glatten Masse pürieren. Mit weißem Pfeffer und

Salz abschmecken, die Masse durch ein Sieb gießen und in einen Sahnesiphon füllen. Diesen mit zwei Kapseln füllen und 10 Minuten stehen lassen.

4. Währenddessen die Schalen der Jakobsmuscheln mithilfe eines Paletten- oder Austernmessers öffnen. Das Muschelfleisch mit einem Löffel aus der Schale schaben und mit kaltem Wasser abspülen, um eventuellen Sand zu entfernen. Dann die gewölbten Schalenhälften abbrechen und abwaschen, um

die Koralle und den Schließmuskel zu beseitigen. Jedes Muschelfleisch waagrecht in drei Teile schneiden. Auf eine Grillplanke aus Holz legen und mit der Teriyaki-Sauce bestreichen. Die Radieschen waschen und mithilfe einer Mandoline (Küchenhobel) in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben über die kugelförmigen Schalenhälften verteilen und diese (auf einigen Kieseln oder etwas Meersalz) auf einen rechteckigen Teller legen.

5. Die hölzerne Grillplanke (n) auf den Rost des EGGs legen, den Deckel schließen und die Muscheln 2-3 Minuten garen. Den Basmati-Petersilienschaum in die kugelförmige Schalenhälfte spritzen und eine Planke mit Muscheln danebenlegen. Sofort servieren.



### TIPPS:

- Servieren Sie die Muscheln lieber roh? Dann erhitzen Sie die Grillplanke(n) aus Holz 5-7 Minuten auf dem Rost im Big Green Egg. Bestreichen Sie nun die Muscheln mit der Teriyaki-Sauce und servieren Sie sie auf den heißen Planken.
- Der Basmati-Petersilienschaum lässt sich gut mit jedem Fischgericht kombinieren.

## Gegrillte Austern mit Zwiebelcrème, Rote-Bete-Gelee und geröstetem Guinness-Brot

Für 8 Personen

8 Austern  
3-4 Schnitten Guinness-Brot (siehe Grundrezept) \*  
Salzmelde (Pflanze)  
grobes Meersalz

**Für das Rote-Bete-Gelee:**  
500 ml Rote Bete-Saft  
50 ml Balsamico-Essig, mindestens fünf Jahre alt  
5-8 g Agar-Agar

**Für die Zwiebelcrème:**  
2-3 Zwiebeln  
45 g Eiweiß  
30 g Sushi-Essig  
40 g Joghurt  
160 g Sonnenblumenöl

**Benötigtes Zubehör:**  
Grillzange

1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und das EGG auf 250°C erhitzen. Währenddessen zuerst das Rote-Bete-Gelee zubereiten: Hierfür den Rote-Bete-Saft und den Balsamico-Essig in einen Topf schütten und auf dem Herd bis auf 100 ml einkochen. Das Agar-Agar hinzufügen und das Ganze mit dem Stabmixer mixen. Abkühlen lassen, mit Salz abschmecken und in eine saubere Spritzflasche füllen.  
2. Für die Zwiebelcrème die ungeschälten Zwiebeln auf die Holzkohle legen und den Deckel des EGGs schließen. Die

Zwiebeln 10-15 Minuten garen lassen und zwischendurch regelmäßig mit der Grillzange umdrehen, bis die Schale schwarz verbrannt ist.

3. Die Zwiebeln aus dem EGG herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Inzwischen den Rost ins EGG legen, um später die Austern und das Brot zu grillen. Die Schalen entfernen, die Zwiebeln in einem Mixer zu einer glatten Masse pürieren und davon 220 Gramm zur weiteren Verwendung abwiegen. Das Eiweiß, den Sushi-Essig und den Joghurt in einer Schüssel vermischen. Das Sonnenblumenöl tröpfchenweise in das Egemisch geben und mit einem Schneebesen verquirlen. Nun das Zwiebelpüree nach und nach unterrühren und mit weißem Pfeffer und Salz abschmecken. Alles in eine saubere Spritzflasche füllen.

4. Auf jeden Teller einen ordentlichen Löffel Meersalz geben, sodass die Auster stabil darauf liegen kann. 16 schöne viereckige Formen aus dem Guinness-Brot ausschneiden und ein paar Sekunden von beiden Seiten auf dem Rost grillen. Dann die Austern auf den Rost des Big Green Eggs legen und den Deckel schließen. 1-2 Minuten warten, bis sich die Schalen geöffnet haben, und diese dann aus dem EGG nehmen. Das Austernfleisch ablösen, umdrehen und auf das Meersalz legen. Etwas Zwiebelcrème in die Schale und auf den Teller spritzen. Das Rote-Bete-Gelee in gleicher Weise tropfenweise verteilen. Mit dem gerösteten Guinness-Brot und einigen Blättern der Salzmelde garnieren.



### Guinness-Brot \*

Für 1 Brot

75 g Haferflocken  
250 g Vollkornmehl  
100 g dunkler Farinzucker  
2 TL Natriumbicarbonat  
1 TL Backpulver  
½ TL Salz  
50 g Butter + extra Butter zum Einfetten  
1 TL Vanilleextrakt  
225 ml Buttermilch  
330 ml (1 Fläschchen) Guinness-Bier

**Benötigtes Zubehör:**  
convEGGtor

1. Das Big Green Egg anzünden und mit dem convEGGtor und dem Rost auf 200°C erhitzen. In der Zwischenzeit eine Kuchenform mit Butter einfetten.  
2. Die Haferflocken, das Vollkornmehl, den Zucker, das Natriumbicarbonat, das Backpulver und das Salz in einer Schüssel miteinander vermischen. Die Butter schmelzen lassen und mit dem Vanilleextrakt, der Buttermilch und dem Bier vermischen. Die trockenen Zutaten mit dem Biergemisch verrühren und so lange rühren, bis alle Zutaten gut miteinander vermischt sind. Den Teig gleichmäßig in der eingefetteten Form verteilen.  
3. Die Form auf den Rost stellen, den Deckel des EGGs schließen und das Brot in ca. 60 Minuten fertig backen. Danach aus dem EGG nehmen, 30 Minuten in der Form abkühlen lassen und auf einen Rost stürzen. Vollständig abkühlen lassen.

**TIPP:** Alternativ können Sie die Zwiebelcrème durch einen geriebenen Granny Smith-Apfel ersetzen, ebenfalls sehr lecker!



## Gegrillte Lamm-Rumpsteaks mit gegrilltem Gemüse, Anis-Möhrenpüree und Thymiansauce

Für 2 Personen

2 Lamm-Rumpsteaks à 200 g  
4 Möhren  
2 Kartoffeln  
2 Strünke Broccolini  
4 frische Silberzwiebeln  
Thymiansauce (siehe Grundrezept) \*\*

Für das Anis-Möhrenpüree:

8 Möhren  
200 ml Wasser  
250 g Butter  
150 g Zucker  
8 Sternanis  
3 TL Salz

Benötigtes Zubehör:

Grillrost aus Gusseisen  
Halbe Grillplatte aus Gusseisen  
Digitales Thermometer

1. Das Big Green Egg anzünden und mit dem Gusseisenrost und der halben Grillplatte aus Gusseisen (mit der glatten Seite nach oben) auf 180-200°C erhitzen. In der Zwischenzeit das Fett von den Lamm-Rumpsteaks abschneiden (für späteren Gebrauch aufbewahren), die Möhren waschen und den größten Teil des Laubs abschneiden. Die Kartoffeln schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Das unterste Stück von den Broccolini abschneiden und die Silberzwiebeln schälen.

2. Inzwischen für das Anis-Möhrenpüree die Möhren schälen. Die übrigen Zutaten in einem Topf auf dem Herd zum Kochen bringen und ca. 10 Minuten zu einem Sirup einkochen lassen. Die Möhren hinzufügen und kochen, bis sie weich geworden sind.

Dann die Möhren aus dem Sirup nehmen und im Mixer pürieren, eventuell ein wenig Sirup beifügen, wenn das Püree noch zu dick ist. Das Püree in eine Spritzflasche füllen und in einem Topf mit warmem Wasser (50-60°C) warm halten.

3. Die halbe Grillplatte aus Gusseisen mit dem Fett der Lamm-Rumpsteaks

einreiben. Zuerst die Möhren und 2 Minuten später die Kartoffelscheiben auf die halbe Grillplatte aus Gusseisen legen. Ein paar Minuten später die Broccolini und die Silberzwiebeln auf den Rost legen. Das Gemüse nach einigen Minuten wenden und aus dem EGG holen, wenn es beinahe gar ist. Auf eine Schale geben.

4. In der Zwischenzeit die Lamm-Rumpsteaks auf den Rost legen und von beiden Seiten grillen, bis sie eine Kerntemperatur von 52-54°C erreicht haben. Messen Sie diese, indem Sie den Messfühler des Kernthermometers bis in die Mitte des Fleisches stecken. Um ein schönes Grillmuster zu erzielen, können Sie das Fleisch während des Garens nach einigen Minuten pro Seite um ein Viertel drehen.

5. Kurz bevor die Kerntemperatur erreicht ist, das Gemüse auf die halbe Grillplatte aus Gusseisen und den Rost zurücklegen. Das Fleisch aus dem EGG herausnehmen und 3-4 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Thymiansauce erhitzen.

6. Auf jeden Teller 2 Esslöffel des Anis-Möhrenpürees geben und daraus mit der Rückseite des Löffels einen dekorativen Streifen formen. Das Fleisch in Scheiben schneiden, mit dem gegrillten Gemüse über die Teller verteilen und einen Löffel Sauce auf jeden Teller geben.



## Thymiansauce \*\*

1 kg Lammknochen  
1 EL Sonnenblumenöl  
100 g geschnippelte Zwiebeln  
100 g Staudensellerie, in Scheiben geschnitten  
5 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten  
100 g Tomatenmark  
1 l Rotwein  
2 Lorbeerblätter  
2 Gewürznelken  
3 Wacholderbeeren  
1 Bund Thymian

Benötigtes Zubehör:

convEGGtor  
Rechteckige Auffangschale

1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem convEGGtor und dem Rost auf 180°C erhitzen.

2. Die Lammknochen in die rechteckige Auffangschale legen, auf den Rost stellen und den Deckel des EGGs schließen. Die

Knochen in 20-30 Minuten goldbraun rösten.

3. Inzwischen das Sonnenblumenöl in einem Suppentopf auf dem Herd erhitzen und darin die Zwiebel, den Staudensellerie und den Knoblauch anschwitzen. Das Tomatenmark hinzufügen und 2-3 Minuten durchrühren, sodass es entsäuert wird. Darauf achten, dass das Tomatenmark nicht verbrennt, sonst wird die Thymiansauce bitter schmecken. Dann ein Drittel des Weins in den Topf gießen, die Hitze höher stellen und kochen lassen, bis der Wein fast ganz eingekocht ist. Nun die Hälfte des Weins hinzufügen und erneut einkochen lassen, den restlichen Wein in den Topf gießen und wieder fast vollständig einkochen lassen.

4. Die gerösteten Lammknochen in den Topf geben und so viel Wasser hinzufügen, dass die Knochen gerade eben mit Wasser bedeckt sind. Zum Kochen bringen und eventuell Schaum und an der Oberfläche schwimmendes Fett mit einem Schaumlöffel abschöpfen. Die Lorbeerblätter, die Gewürznelken und die Wacholderbeeren hinzufügen

und das Ganze einige Stunden auf kleiner Flamme ziehen lassen, sodass der Geschmack vollständig aus den Knochen herausgezogen wird. Ab und zu das Fett abschöpfen.

5. Dann die Sauce durch ein Sieb gießen, zurück in den Topf geben und bis zur gewünschten Dicke einkochen lassen. Wenn diese erreicht ist, den Bund Thymian hinzufügen und 10-15 Minuten ziehen lassen. Den Thymian aus der Sauce nehmen und eventuell abkühlen lassen (im Kühlschrank aufbewahren), um ihn vor dem Servieren kurz aufzuwärmen.

### TIPPS:

- Eine besonders verfeinerte Sauce erhalten Sie, wenn Sie sie - nachdem der Thymian entfernt wurde - durch ein mit Musselin ausgelegtes Sieb gießen.
- In die heiße Sauce eventuell einige Stückchen kalte Butter einrühren. Hierdurch wird sie sahniger und erhält einen schönen Glanz.

# Messen heißt Wissen

Beim Kochen auf dem Big Green Egg spielen die Temperaturen in Verbindung mit der Zubereitungszeit eine wichtige Rolle für die perfekte Garung, sowohl in Bezug auf die Temperatur im Big Green Egg, als auch auf die letztendliche Kerntemperatur. Bei den meisten Gerichten können Sie sich nach der angegebenen Kuppeltemperatur und Zubereitungszeit richten. Aber bei großen Stücken Fleisch oder Geflügel ist die Temperatur manchmal etwas schwieriger zu bestimmen. Ein Kernthermometer löst dieses Problem!

Eigentlich gibt es keine einfachere Methode, um zu bestimmen, ob (große Stücke) Fleisch, Geflügel und auch Fisch gar sind, als durch die Messung der Kerntemperatur (\*). Hierbei handelt es sich um Zutaten, bei denen die Temperatur genau beachtet werden muss. Außerdem kann die Größe dieser Zutaten ganz unterschiedlich ausfallen, was wiederum Folgen für die Zubereitungszeit hat. Durch die Bestimmung und Messung der Kerntemperatur können Fleisch, Fisch und Geflügel immer perfekt gegart werden. Erhitzen Sie das Big Green Egg entsprechend der Angabe im Rezept und stecken Sie zur Messung der Kerntemperatur den Messfühler des Thermometers bis in die Mitte der Zutat (oder bei Geflügel in den Schenkel). Bei Fleisch und Geflügel mit Knochen müssen Sie stets darauf achten, dass der Messfühler den Knochen nicht berührt; dies kann zu einem verzerrten Messergebnis führen. Berücksichtigen Sie auch, dass große Fleischteile während des Ruhens noch weitergaren, sodass ein paar zusätzliche Grade einberechnet werden müssen.

Big Green Egg bietet unter anderem die folgenden Kernthermometer in seinem Sortiment an:



### Digitales Thermometer

Mit diesem digitalen Thermometer können Sie innerhalb von drei bis vier Sekunden die exakte Kerntemperatur messen. Hierdurch lässt sich leicht einschätzen, wie lange die Zutat eventuell noch garen muss oder ob sie inzwischen perfekt gegart ist. Die Kerntemperatur wird auf dem großen LCD-Fenster deutlich sichtbar angezeigt. Das digitale Thermometer misst Temperaturen bis 232°C und schaltet sich nach 5 Minuten Inaktivität automatisch aus.

### Funkthermometer mit zwei Fühlern

Dieses digitale Thermometer besteht aus einem Sender und einem Empfänger und hat eine doppelte Funktion. Denn das schnurlose Thermometer misst gleichzeitig - und zwar gradgenau - die Kerntemperatur der Zutat und die Kuppeltemperatur oder die Kerntemperatur von zwei verschiedenen Zutaten. Die Kerntemperaturen von Rind-, Kalb-, Lamm- und Schweinefleisch, sowie von Geflügel, Fisch und diversen Wildtieren wie Hirsch, Elch, Kaninchen und Ente sind vorprogrammiert und können an den persönlichen Geschmack angepasst und gespeichert werden. Mithilfe des griffbereiten Empfängers können Sie die aktuellen Temperaturen jederzeit aus einer Entfernung von bis zu 91 Metern ablesen. Ist die gewünschte Kerntemperatur erreicht? In diesem Fall gibt der Empfänger des Funkthermometers mit zwei Fühlern automatisch ein Signal ab. Die Messfühler aus Edelstahl sind bis 380°C temperaturbeständig. Das Thermometer misst Temperaturen zwischen 0 und 300°C.

\* Eine Übersicht über die Kerntemperaturen finden Sie auf Seite 16.

## Social Media

Neugierig, was andere Foodies auf ihrem Big Green Egg zubereiten? Lassen Sie sich inspirieren und teilen Sie Ihre eigenen Kreationen mit der Community! Fügen Sie @biggreeneggeu Ihrem Tweet oder Instagram Post hinzu oder verwenden Sie den Hashtag #biggreeneggeu. Auf Facebook finden Sie Big Green Egg auch und zwar unter <http://www.facebook.com/biggreeneggeu>. Öffnen Sie sich für neue kulinarische Möglichkeiten!



VincentF @vifi62

What's cookin' on my BGE Large?  
Smells guuuuuud!!! @biggreeneggeu  
@BigGreenEgg\_NL



@brechtiej

Off we go. Ready for a 5 hour smoke with oak wood and apple wood. Can't wait!  
#biggreenegg #ifyourelookingyourenotcooking  
#biggreeneggs #biggreenegglife  
#biggreeneggeu #biggreenegghead  
#biggreenegggrill #biggreeneggmedium  
#biggreeneggeurope #bge



# Mit einem Mix aus altem Wissen und innovativen Materialien ...

Der Ausgangspunkt des Big Green Egg ist ein gut 3000 Jahre alter asiatischer Lehmofen, der traditionell mit Holz befeuert wurde und mit dem sich schon damals auffallend gute Geschmacksergebnisse erzielen ließen. Auf dieser traditionellen Basis wurde mit dem Wissen, den Herstellungsmethoden und den innovativen Materialien von heute ein perfektes Kochgerät entwickelt. Die hochwertige Keramik sorgt in Kombination mit dem Deckel für einen überaus sparsamen Verbrauch von Holzkohle. Nicht zuletzt wegen der perfekten Luftzirkulation, mit deren Hilfe die Zutaten bei der gewünschten Temperatur gleichmäßig garen, werden Sie mit einem Big Green Egg erstaunlich leckere und saftige Gerichte mit einem unvergleichlichen Geschmack auf den Tisch bringen.



Die natürliche Big Green Egg-Holzkohle besteht aus einer perfekten Mischung aus Eichen- und Hickory-Holz. Die großen Stücke brennen am längsten und erzeugen, im Gegensatz zu anderen Holzkohlearten, nur sehr wenig Asche, aber ein subtiles Räucheraroma. Mit einer vollen Holzkohlefüllung wird über 8 Stunden lang eine konstante Temperatur erzielt.

Das gusseiserne Abluftventil reguliert den Luftstrom und ermöglicht eine genaue Temperaturkontrolle.



Mit dem keramischen convEGGtor verwandeln Sie das Big Green Egg ganz einfach in einen Ofen. Der convEGGtor fungiert als Hitzeschild und sorgt dafür, dass die Heizquelle nicht in direkten Kontakt mit den Lebensmitteln kommt, was für das Garen von empfindlicheren Zutaten sowie für Slow Cooking ideal ist. Wenn Sie darüber hinaus den flachen Back- und Pizzastein verwenden, können Sie zudem die leckersten Brote und Pizzen mit herrlich knusprigem Boden backen.

## ... Geschmackserlebnisse erzeugen...

Gemeinsam das gute Leben genießen, das ist der Anspruch des Big Green Egg. Durch das Zusammenspiel von schönem, funktionalem Design und der Verwendung hochwertiger Materialien holen Sie sich mit einem Big Green Egg einfach das Beste ins Haus. Ein Big Green Egg wird aus exklusiver und überaus hochwertiger Keramik hergestellt, welche für NASA-Zwecke entwickelt wurde. Die außergewöhnliche Keramik hat extrem isolierende Eigenschaften und macht das Big Green Egg in Kombination mit den diversen patentierten Einzelteilen einzigartig. Die Keramik hält extreme Temperaturen und Temperaturschwankungen aus. Das Material dehnt sich weder aus noch zieht es sich zusammen. Das EGG kann mindestens hunderttausend Mal erhitzt werden, ohne an Qualität zu verlieren. Big Green Egg Europe gewährt dem Verbraucher daher eine eingeschränkte lebenslange Garantie auf das Material und die Konstruktion aller Keramikbauteile des EGG. Kein anderes vergleichbares Kochgerät ist so zuverlässig, widerstandsfähig, witterungsbeständig und wärmeisolierend. Außerdem reflektiert die Keramik die Wärme, wodurch ein Luftstrom entsteht, der einen besonders angenehmen Einfluss auf den Geschmack aller Gerichte hat, die Sie im EGG zubereiten. Dadurch wird ein ultimatives Geschmackserlebnis erzeugt.

### Mit nur 3 Zündblöcken innerhalb von 15 Minuten gebrauchsbereit!



Big Green Egg Charcoal Starters sind natürliche Zündblöcke, die keine chemischen Bestandteile enthalten und weder Geruch noch Geschmack abgeben.

## ... und zusammen genießen!

Da ein Big Green Egg sehr zuverlässig ist, können Sie es absolut sorglos genießen. Die Temperatur lässt sich hervorragend regulieren und ist sehr stabil. Externe Temperaturen haben dank der hochwertigen, wärmeisolierenden Keramik keinerlei Einfluss auf die Temperatur im EGG. Die beiden verstellbaren Belüftungsöffnungen - das Zuluftventil und das scheibenförmige Abluftventil - ermöglichen es, die Temperatur bis auf ein Grad genau zu regulieren und einzustellen. Je kleiner die Öffnungen, umso niedriger die Temperatur und umgekehrt. Auch wegen der breiten Temperaturskala des Big Green Eggs, die von 70 bis 350 °C reicht, ist das Gerät ggf. zusammen mit bestimmten Zubehörteilen für unterschiedliche Kochtechniken verwendbar, beispielsweise zum Grillen, Backen, Kochen, Dünsten, Räuchern und für Slow Cooking. Der Geschmack der Gerichte wird Sie überraschen und überzeugen!



### Mini

Rost: Ø 25 cm  
Kochfläche: 507 cm<sup>2</sup>  
Gewicht: 17 kg

Der Mini wird standardmäßig ohne EGG Carrier geliefert



### MiniMax

Rost: Ø 33 cm  
Kochfläche: 855 cm<sup>2</sup>  
Gewicht: 35 kg



### Small

Rost: Ø 33 cm  
Kochfläche: 855 cm<sup>2</sup>  
Gewicht: 36 kg



### Medium

Rost: Ø 38 cm  
Kochfläche: 1.140 cm<sup>2</sup>  
Gewicht: 51 kg

## WARTUNGS- UND PFLEGE-TIPPS!

**1** Das EGG muss stabil aufgebaut werden und darf nicht in der Nähe von brennbaren Gegenständen stehen. Wenn das EGG in der gewünschten Position steht, stellen Sie die Räder unter dem Nest® (Grillgestell) oder auf dem Tisch fest. Bewegen Sie das EGG niemals während des Gebrauchs oder wenn es noch nicht vollständig abgekühlt ist.

**2** Es wird empfohlen, die Kohle im EGG mit den Big Green Egg Charcoal Starters anzuzünden. Zeitungspapier, Pappe, Grillanzünder-Gel oder andere entflammare Flüssigkeiten können beträchtliche Rauchbildung, übermäßige Asche und/oder unangenehme Gerüche verursachen und möglicherweise den Geschmack negativ beeinflussen. Vermeiden Sie chemische Feueranzünder.

**3** Wenn die Anzünder verbrannt sind, platzieren Sie den Luftregler auf dem Rauchabzug. Bestimmen Sie unter Berücksichtigung der gewünschten Temperatur die richtige Position für die Lufteintrittsöffnung des Keramik-Basisteils und des Luftreglers. Die vollständige Bedienungsanleitung mit Tipps zur Temperaturregelung an Ihrem EGG können Sie unter [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu)

Auf [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu) finden Sie weitere Tipps für die allgemeine Sicherheit, die Benutzung und die Pflege Ihres EGGs. Sie haben Fragen dazu? Stellen Sie diese in den sozialen Medien (Facebook: Big Green Egg Europe / Twitter: @biggreeneggeu).

**4** Benutzen Sie den speziell entwickelten Grill Gripper, um den heißen Rost zu bewegen. Halten Sie den Grill Gripper so fest, dass sich eine Hälfte des „Schnabels“ unter dem Rost befindet. Wenn Sie den Rost von oben hochheben, können Sie ihn nicht so gut festhalten.

**5** Versuchen Sie, den Deckel geschlossen zu halten. Auf diese Weise erreichen Sie höhere Temperaturen, das EGG verbraucht weniger Brennstoff und die Speisen sind saftiger, was ihrem Geschmack zugute kommt. Das verlängert darüber hinaus die Lebensdauer des Filzes und Ihres EGG.

**6** Das Big Green Egg kann draußen aufbewahrt werden, da das Keramikmaterial unempfindlich gegen Wetterbedingungen ist. Um die Metallteile zu schützen, empfiehlt es sich bei Nichtgebrauch, die speziell erhältliche Abdeckung für das EGG zu benutzen. Wenn Sie das EGG lange nicht benutzen, müssen sämtliche Essensreste vom EGG entfernt werden, der untere Lufteintritt muss vollständig geöffnet sein und der gusseiserne Luftregler und die Keramikabdeckung dürfen sich nicht auf der Kochzelle befinden (sie können im EGG aufbewahrt werden). Auf diese Weise können keine Schimmelpilze entstehen. Anschließend sollten Sie das EGG mit der Schutzhülle bedecken. Sollten sich trotzdem Pilze im Inneren des EGG bilden, können diese mühelos entfernt werden, indem Sie das EGG einige Male auf hohe Temperatur erhitzen.

## SO IST DAS BIG GREEN EGG AUFGEBAUT

ZUVERLÄSSIGE QUALITÄT & PATENTIERTE KERAMIK

### KERAMIK-KAPPE

Verschließen Sie das Big Green Egg nach Benutzung mit der Keramik-Kappe und schieben Sie den Luftzufuhrregler zu. Aufgrund des Sauerstoffmangels erlischt die Glut. Die Holzkohle kann dann zu einem späteren Zeitpunkt weiter verwendet werden.

### KERAMIK - OBERTEIL

Keramikkuppel mit Schornstein, die sich mit einem Federmechanismus einfach öffnen und schließen lässt. Die Keramik ist mit einer doppelten Schutzglasur beschichtet. Durch die Isolierung und Rückstrahlung der Keramik im EGG zirkuliert Heißluft, wodurch die Zutaten sehr gleichmäßig gegart und besonders aromatisch werden.

### KERAMIK-FEUERRING

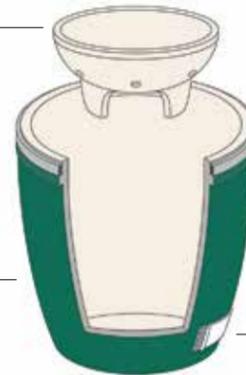
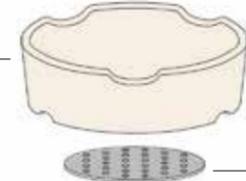
Der Innenring aus Keramik ist auf die Keramik Brennkammer aufgelegt und sorgt für den richtigen Abstand zwischen der glühenden Holzkohle und dem Rost.

### KERAMIK-BRENNKAMMER

Der Feuerkorb steht in dem Basisteil aus Keramik und muss mit Holzkohle gefüllt werden. Durch die raffinierten Öffnungen im Korb, sowie die Abzugsöffnungen an der Unterseite entsteht – wenn der Luftzufuhrregler und das Einstellrad geöffnet sind – konstante und optimale Heißluftzirkulation.

### KERAMIK-BASIS

Hitzeisolierendes Unterteil aus Keramik, das außen mit einer doppelten Glasurschutzschicht versehen ist.



### ABLUFVENTIL

Gusseiserne Scheibe mit Doppelfunktion: Regulierung des Luftstroms, sowie genaue Temperaturkontrolle.

### THERMOMETER

Zeigt die Temperatur im EGG auch bei geschlossenem Deckel genau an.

### EDELSTAHL GRILLROST

In der Basisausführung aus Edelstahl. Auch aus Gusseisen erhältlich.

### KOHLEROST

Der Rost liegt in der Brennkammer. Durch die Öffnungen im Rost strömt die Luft nach oben, die Asche fällt in das Unterteil und lässt sich über das Zuluftventil leicht entfernen.

### ZULUFVENTIL

In Kombination mit dem Abluftventil reguliert das Zuluftventil die Sauerstoffzufuhr. Hierdurch können Sie die Temperatur kontrollieren. Außerdem lässt sich die Asche über den Luftzufuhrregler leicht aus dem EGG entfernen.

Weitere Informationen finden Sie unter: [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu)

*Frühjahr, Sommer, Herbst oder Winter?  
Genießen Sie das ganze Jahr über die  
leckersten Gerichte, die auf einem der  
Big Green Egg Modelle zubereitet werden!*



### Large

Rost: Ø 46 cm  
Kochfläche: 1.688 cm<sup>2</sup>  
Gewicht: 73 kg



### XLarge

Rost: Ø 61 cm  
Kochfläche: 2.919 cm<sup>2</sup>  
Gewicht: 99 kg

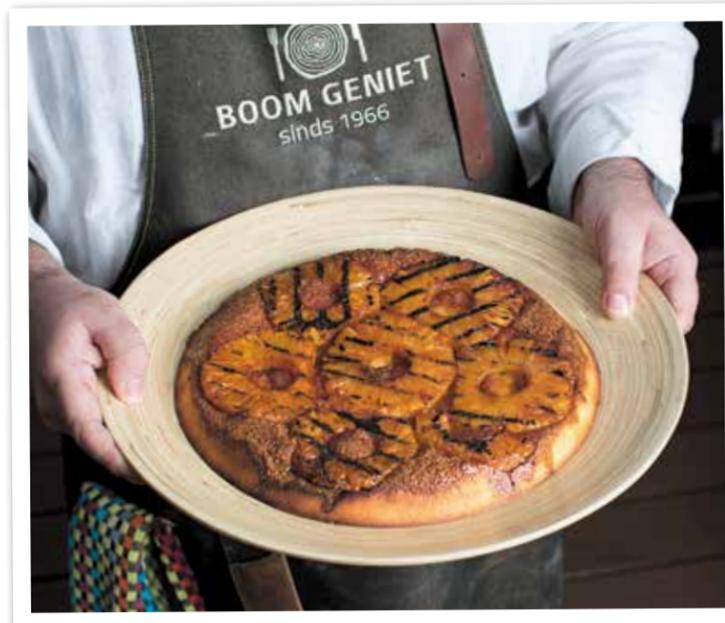


### XXLarge

Rost: Ø 74 cm  
Kochfläche: 4.336 cm<sup>2</sup>  
Gewicht: 192 kg

# Genuss ohne Gluten

Sind Sie allergisch oder überempfindlich gegen Gluten oder halten Sie es für besser, weniger Gluten zu sich zu nehmen? Auch in diesem Fall brauchen Sie nicht auf den Genuss des leckeren, herzhaften Gebäcks, der feinen Patisserie und der köstlichen Desserts aus dem Big Green Egg zu verzichten. Nicht indem Sie bestimmte Zutaten weglassen, sondern indem Sie Ihr eigenes Mehl ohne Gluten zusammenstellen. Das Ergebnis ist mindestens ebenso schmackhaft, wie dieselben Gerichte, die Gluten enthalten. Gemeinsam genießen, ohne Gluten!



## Ananas-Kokos-Kuchen

Für 8 Personen

1 reife Ananas  
Kokoseis

**Für den Teig:**  
1 Bio-Limette  
200 g Basismischung\*  
150 g Kokosraspeln  
1 EL Husk  
¼ TL Backpulver  
¼ TL Salz  
125 g Butter, zimmerwarm + extra  
Butter zum Einfetten  
225 g Rohrzucker  
2 große oder 3 kleine Eier  
300 ml Kokossahne  
30 ml brauner Rum

**Für den Karamell:**  
100 g Rohrzucker  
75 ml Kokossahne  
30 g Butter

**Benötigtes Zubehör:**  
Grillrost aus Gusseisen  
Rostheber  
convEGGtor  
Grillhandschuh (Aramidgewebe)

1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem Gusseisenrost auf 250°C erhitzen. Inzwischen die Ananas schälen, in der Breite in ca. 1½ cm dicke Scheiben schneiden und den harten Kern mit einem Stecher entfernen. Die Ananasscheiben ca. 5 Minuten von beiden Seiten grillen. Dann die Ananas vom Rost nehmen und den Gusseisenrost mit dem Rostheber aus dem EGG heben. Den convEGGtor einsetzen und den Rost hineinschieben. Den Deckel schließen und das Zuluftventil und das Abluftventil ebenfalls weitgehend schließen,

damit die Temperatur des EGGs 200-220°C erreicht.

2. Für den Teig die Schale der Limette fein raspeln und den Saft der Frucht auspressen. Die Basismischung, die Kokosraspeln, das Husk, das Backpulver und das Salz in einer Rührschüssel vermischen. Die Limettenraspel mit der Butter und dem Zucker in eine zweite Rührschüssel füllen und locker verquirlen. Die Eier nacheinander aufschlagen und untermischen. Stets warten, bis die Eier vollständig aufgenommen wurden. Während des Verquirlens die Kokossahne, den Rum und den Limettensaft hinzufügen. Schließlich mit dem Spatel die vermischten trockenen Zutaten unterheben und den Teig in einen Spritzbeutel füllen. 3. Ein flaches, rundes Backblech (Ø 28 cm) mit Antihafbeschichtung einfetten. Für die Zubereitung des Karamells den

Zucker in einer Pfanne auf dem Herd bei kleiner Hitze schmelzen lassen und warten, bis er sich hellbraun färbt. Die Kokossahne hinzufügen und so lange umrühren, bis sie sich gut mit dem karamellisierten Zucker vermischt hat. Dann die Pfanne vom Herd nehmen und die Butter hineinrühren.

4. Den Karamell auf dem Boden des Backblechs verteilen und die gegrillten Ananasscheiben darauflegen. Eine gleichmäßige Schicht des Teigs in die Form spritzen. Die Form auf den Rost stellen, den Deckel des EGGs schließen und den Kuchen in 20-25 Minuten goldbraun backen.

5. Die Form mit dem Grillhandschuh aus dem EGG herausnehmen und sofort auf eine große Schale stürzen. Den Kuchen in Stücke schneiden und mit einer Kugel Kokoseis servieren.



## \* Basismischung

Bei allen Rezepten wird eine Basismischung verwendet. Diese Mischung können Sie ganz einfach selbst herstellen. Die Kombination der folgenden Mehlsorten sorgt für eine gute Bindung, sowie für eine umfangreiche Menge und einen ausgezeichneten Geschmack.

**500 g Reismehl, 500 g Tapiokamehl, 500 g Kichererbsenmehl**

1. Reiben Sie alle Zutaten über der Rührschüssel der Küchenmaschine durch ein feines Sieb. Das ist notwendig, weil insbesondere Tapioka- und Kichererbsenmehl noch hier und da größere Stücke oder sogar ein Steinchen enthalten können.  
2. Klicken Sie den Quirlstab in die Küchenmaschine ein und mischen Sie die Mehlsorten gut durch (oder mischen Sie die Zutaten in einer separaten Schüssel mit einem Schneebesen, ohne Einsatz eines Gerätes). Die Basismischung bis zum Gebrauch in einer verschlossenen Frischhaltedose aufbewahren.

## Psyllium husk

Außerdem wird in den Rezepten Psyllium husk (Flohsamen bzw. Fiber Husk) verarbeitet, ein natürlicher Ballaststoff, der Feuchtigkeit bindet und für Elastizität sorgt. In den Rezepten wird dieser Ballaststoff kurzerhand Husk genannt. Kaufen Sie eine ganz fein gemahlene Sorte im Reformhaus/Bioladen, im Internet oder beim Großhändler.



## Apfel-Crumble

Für 8 Personen

**Für den Boden:**  
90 g Basismischung\*  
½ TL Husk  
½ TL Backpulver  
eine Prise Salz  
80 ml Sonnenblumenöl + extra Öl zum Einfetten  
70 ml Vollmilch  
1 Ei  
90 g extrafeiner Kristallzucker  
fein geriebene Schale von ½ Zitrone

**Für den Crumble:**  
75 g Pekannüsse  
75 g Haferflocken  
75 g brauner Farinzucker  
50 g Basismischung  
¼ TL Salz  
75 g kalte Butter

**Für die Füllung:**  
ca. 3 Elstar-Äpfel (geschält ca. 500 g)  
3 TL Zimt  
1 TL Korianderpulver (Ketumbar)  
50 g extrafeiner Kristallzucker  
eine Prise Salz  
Saft von ½ Zitrone

**Als Beilage:**  
Crème fraîche oder Vanilleeis

**Benötigtes Zubehör:**  
convEGGtor

1. Für den Boden die trockenen Zutaten über einer Rührschüssel durchsieben und gut miteinander vermischen. Das Sonnenblumenöl und die Milch in eine kleine Schüssel geben und durchrühren. Das Ei in einer zweiten Rührschüssel aufschlagen und mit dem Zucker locker verquirlen. Die trockenen Zutaten, das Ölgemisch und die fein geriebene Zitronenschale mit der locker verquirlten Eimischung verrühren, sodass ein glatter, gleichmäßiger Teig entsteht. Bis zur Zubereitung im Kühlschrank aufbewahren.

2. Für den Crumble die Pekannüsse in grobe Stücke hacken und mit den übrigen trockenen Zutaten für den Crumble vermischen. Dann die Butter in Würfel schneiden und mit den Fingerspitzen mit den trockenen Zutaten vermischen, bis sich ein grober Krümelteig bildet. Den Teig im Kühlschrank aufbewahren.  
3. Für die Füllung die Äpfel schälen und das Gehäuse entfernen. Das Fruchtfleisch erst grob zerteilen und dann in kleine Stücke schneiden. Zimt, Korianderpulver, Zucker und Salz miteinander vermischen, hiermit die Apfelstücke bestreuen und dann mit Zitronensaft beträufeln. Gut durchrühren und im Kühlschrank aufbewahren.

4. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und das EGG auf 250°C erhitzen. Währenddessen 8 kleine Alu-Behälter mit Sonnenblumenöl einfetten. Den Teig für den Boden kurz durchrühren. Geben Sie in jeden Behälter einen Löffel des Teigs, sodass die Behälter vollständig ausgefüllt sind. Die Füllung darüber verteilen und mit dem Crumble bestreuen.

5. Den convEGGtor und den Rost in das EGG einsetzen. Die Behälter darauf stellen und den Deckel schließen. Den Apfel-Crumble in 20-25 Minuten goldbraun backen. Nach 15 Minuten den



Backprozess überprüfen und eventuell die vorderen Behälter mit den hinteren vertauschen. Dann den Apfel-Crumble mit einem Klacks Crème fraîche oder einer leckeren Kugel Vanilleeis servieren.





## Pizza

Bei der Sauce handelt es sich um eine italienische Basissauce, die beispielsweise auch für Lasagne oder Pasta verwendet werden kann. Daher können Sie ruhig mehr als die angegebene Menge zubereiten. Den Belag können Sie eventuell nach Ihrem eigenen Geschmack variieren.

### Für 4 Pizzen

#### Für den Boden:

2 EL Puderzucker  
15 g Trockenhefe  
450 ml handwarmes Wasser  
500 g Basismischung\* + etwas von der Mischung zum Bestäuben  
½ TL Salz  
1 TL Backpulver  
2 EL Husk  
2 EL Olivenöl + etwas Öl zum Einfetten

#### Für die Sauce:

4 rote Paprika  
4 aromatische Fleischtomaten  
1 große Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Olivenöl  
1 EL getrocknete italienische Kräuter  
½ TL Salz

#### Für den Belag:

300 g mittelalter Schafskäse  
2 süße Zwiebeln  
4 frische Fenchelwürstchen  
100 g Pecorino  
75 g Rucola  
Olivenöl

#### Sonstige Zutaten:

Maismehl

#### Benötigtes Zubehör:

Grillzange  
convEGGtor  
Flacher Back- und Pizzastein  
Pizza-Schaukel  
Rockin' Pizzaschneider

1. Zünden Sie die Holzkohle im Big Green Egg an. Sorgen Sie dafür, dass die Holzkohle gleichmäßig glüht, und erhitzen Sie das EGG auf 250°C. In der Zwischenzeit bereiten Sie den Boden zu und lösen hierzu den Puderzucker und die Hefe im Wasser auf; die Lösung stehen lassen, bis sie zu sprudeln anfängt. Alle trockenen Zutaten über der Rührschüssel der Küchenmaschine durchsieben und gut durchmischen. Das Wasser mit der Hefe und das Olivenöl hinzufügen und die Maschine mindestens 5 Minuten mixen lassen, sodass ein ziemlich dünner, aber gut zu verarbeitender Teig entsteht. Eine Rührschüssel leicht einfetten, den Teig in die Schüssel geben und mit Frischhaltefolie abdecken. An einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

2. Für die Sauce die Paprika auf die glühende Holzkohle legen und den Deckel schließen. Die Paprika alle 2-3 Minuten mit der Grillzange umdrehen, bis sie rundherum schwarz verbrannt sind.



Die Paprika aus dem EGG nehmen und in einem verschlossenen Plastikbeutel 10 Minuten ruhen lassen. Den Rost ins EGG einsetzen, den Deckel schließen und das Gerät wieder auf 250°C erhitzen. Inzwischen die Tomaten halbieren und die Saat und den Saft mit einem Löffel entfernen.



3. Die Tomatenhälften mit der Schnittfläche nach unten auf den Rost legen, den Deckel des EGGs schließen und ca. 10 Minuten garen lassen, bis sie weich geworden sind. Dann von den Paprika die Haut, die Stiele und die Samenleisten entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Die Tomatenhälften mit der Grillzange vom Rost nehmen und kurz abkühlen lassen. Die Häute abziehen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und klein schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne auf dem Herd erhitzen und die Zwiebel darin glasig anbraten. Den Knoblauch 1 Minute mitbraten, dann Paprika, Tomaten, italienische Kräuter und Salz hinzufügen. Den Deckel auf die Pfanne legen und das Ganze 15 Minuten auf kleiner Flamme schmoren lassen.

4. Den Rost aus dem EGG herausnehmen, den convEGGtor einsetzen und den Rost anschließend wieder hineinlegen. Den Deckel schließen und das EGG

auf 350°C erhitzen. In der Zwischenzeit die Sauce mit einem Stabmixer pürieren und ohne Deckel einkochen lassen, bis die Sauce sich verdickt hat. Nun den Teig in vier gleiche Portionen aufteilen und diese (mit der Hand auf der Arbeitsplatte) mit einer drehenden Bewegung zu Kugeln formen. Bis zur weiteren Verwendung abdecken. Wenn das EGG eine Temperatur von 350°C erreicht hat, den flachen Back- und Pizzastein auf den Rost legen und den Deckel schließen.

5. Inzwischen den Schafskäse für den Belag reiben. Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Die Haut von den Würstchen abziehen und diese in Stücke schneiden. Die Arbeitsplatte mit der Basismischung bestäuben, den Teigball darauflegen und diesen auch mit der Basismischung bestreuen. Dann den Teig ausrollen, einen kleinen Suppenlöffel voll Sauce auf den Pizzaboden geben und mit der Rückseite des Löffels kreisförmig austreichen. Den Boden mit einem Viertel der Zwiebel, der Fenchelwurst und des Schafskäses belegen. Den Rand des Pizzabodens mit etwas Olivenöl bestreichen, um eine knusprige Kruste zu erhalten. Nun die Pizza-Schaukel mit ein wenig Maismehl bestäuben und den Pizzaboden mithilfe



der Schaukel auf den flachen Back- und Pizzastein gleiten lassen, den Deckel des EGGs schließen und die Pizza in ca. 6 Minuten knusprig backen. Währenddessen die nächste Pizza vorbereiten.

6. Die Pizza vom flachen Back- und Pizzastein herunterschleppen. Ungefähr 25 g Pecorino über die Pizza raspeln, mit einem Viertel des Rucola bestreuen und mit ein paar Tropfen Olivenöl beträufeln. Die Pizza mithilfe des Rockin' Pizzaschneiders in acht Stücke zerteilen. Die restlichen Pizzen in gleicher Weise backen.



# Zurück zur Erde: Humus

Der Geschmack von Gemüse und Obst wird zu einem großen Teil durch die Zusammensetzung des Bodens bestimmt, in dem diese wachsen, sowie durch das Ausmaß der Sonneneinstrahlung, dem sie ausgesetzt sind. Eigentlich erstaunlich, dass wir uns darüber für gewöhnlich keine Gedanken machen, außer wenn es um den Weinanbau geht. Beide - die Bodenbeschaffenheit und die Menge des Sonnenlichts - entscheiden nämlich auch über die Menge der in der Nahrung enthaltenen Vitamine und Mineralien. Und darüber hinaus wird der Geschmack unseres Fleisches durch das Futter beeinflusst, das die Tiere erhalten.

In der Natur gibt es zwei Prozesse, die der Mensch nicht künstlich nachahmen kann: **Fotosynthese und Humifikation (Humusbildung).**

• Der Prozess der Fotosynthese entsteht unter Einfluss des Lichts. Natürlich können wir Licht künstlich erzeugen; den Vorgang selbst jedoch nicht.

• Unter Humifikation versteht man die Fermentation (Umwandlung) von pflanzlichen und tierischen Resten durch die Einwirkung von Bakterien. Es handelt sich um eine Art Kompostierung; allerdings bildet sich Kompost bereits innerhalb von 6 bis 12 Monaten, während guter Humus Millionen Jahre alt ist. Bei diesem Vorgang werden die biologischen Reste zu Mineralien und pflanzlichen Wirkstoffen abgebaut, die so klein sind, dass sie hervorragend aufgenommen werden können.



Humus verbessert nicht nur den Geschmack von Pflanzen und Tieren, sondern er macht sie auch gesünder. Dank des Humus sind Pflanzen weniger anfällig für Krankheiten, und deshalb sind auch weniger Schädlingsbekämpfungsmittel erforderlich. Stalltiere, die besonders viel Humus erhalten, erkranken seltener an Durchfall, sind weniger aggressiv und offenbar widerstandsfähiger gegen Infektionskrankheiten.

Aus Humus werden Huminsäure und Fulvinsäure gewonnen. In der Fachliteratur werden diese beiden Begriffe oft miteinander verwechselt, obwohl es sich um zwei verschiedene Formen sehr komplexer natürlicher Strukturen handelt. Huminsäure ist ein fester Stoff voller Mineralien, Spurenelemente und pflanzlicher Stoffe. Dagegen ist Fulvinsäure in freier Form flüssig und stellt dadurch ein ausgezeichnetes Transportmedium dar. Eigentlich müssten wir die Humussubstanzen über unsere Nahrung aufnehmen. Aber durch den Einsatz schwerer landwirtschaftlicher Maschinen, durch Ackerbaumethoden wie Hydrokultur und stickstoffreichen Kunstdünger sowie durch Schädlingsbekämpfungsmittel und die Auslaugung der Ackerböden wird die Humusschicht immer nährstoffärmer. Hierdurch enthalten unsere Nahrungsmittel immer geringere Anteile dieser Stoffe, und das wirkt sich sowohl auf den Geschmack als auch auf den Nährwert nachteilig aus.

Humussubstanzen sind noch weitgehend unbekannt. Wir stellen jedoch immer wieder fest, dass die meisten Pflanzen nicht ohne diese Stoffe gedeihen können. Lediglich ein paar Pflanzensorten können mittels Hydrokultur angebaut werden. Es ist allerdings offenkundig, dass in nährstoffreichem Boden angebaute Pflanzen wesentlich besser schmecken als die mit Hydrokultur angebauten Gewächse. Bei Tieren und

Menschen spielen Humussubstanzen wahrscheinlich die Rolle des Vermittlers in Bezug auf die Wirkung von Vitaminen und Mineralien. Das bedeutet, dass Vitamine und Mineralien nur in Anwesenheit von Humussubstanzen wirken können und umgekehrt. Sie tragen außerdem dazu bei, dass der Darm gesund bleibt, und schützen den Körper vor etlichen Krankheitserregern. Kurzum: Sie sind von grundlegender Bedeutung für eine gute Gesundheit. Daher muss jeder Mensch darauf achten, durch die Ernährung ausreichend Humussubstanzen aufzunehmen.

Neben dem bemerkenswerten Einfluss auf unsere Gesundheit besitzen Humussubstanzen auch eine außerordentlich große Fähigkeit, Stoffe an sich zu binden. Dadurch sind sie in der Lage, allerlei Giftstoffe, wie zum Beispiel Schwermetalle und Pflanzenschutzmittel wie Glyphosat, zu binden und auszuscheiden. Und es bedarf nur einer sehr kleinen Menge Humussubstanzen, um diese Effekte zu erreichen. Sie brauchen dem Wasser zum Abspülen des Gemüses lediglich eine Deckelkappe Fulvinsäure beizufügen und das Gemüse kurz darin liegen zu lassen. Sie werden sehen, dass das Gemüse dann viel besser schmeckt. ■



Hans van Montfort, Arzt und Forscher  
Yvonne Coolen, Gestalttherapeutin und  
Bewusstseinstrainerin

# FLAVOUR VIRTUOSO

OUR SENSES ARE A GIFT  
TO ENJOY LIFE TO THE FULLEST  
[WWW.BIGGREENEGG.EU](http://WWW.BIGGREENEGG.EU)



*Sven Elverfeld  
Germany*

OPEN FLAVOUR™





# Erleben Sie Island

## Natürlich frisch!

Außerhalb der Landesgrenzen ist Island vor allem für seine unberührte Natur und für die lebendige Hauptstadt Reykjavik bekannt und zudem ein beliebtes Ziel für einen Städtetrip. Und wenn die Esskultur zur Sprache kommt, wird immer wieder „hákarl“ genannt. Beziehungswise fermentierter Hai, eine althergebrachte isländische Spezialität, die nicht unbedingt jedermanns Geschmack ist. Ein zwar vorherrschendes, aber bedauerliches Urteil, denn es wird dann oft unbesehen übernommen, obwohl Island auch auf gastronomischem Gebiet eine Reise wert ist.

**Islands Geschichte ist noch relativ jung. Die Vulkaninsel ist zwar schon vor rund 20 Millionen Jahren entstanden, aber erst im 9. Jahrhundert hat ein Wikinger – ein normannischer Seefahrer – die Insel besiedelt. Daher stammt die heutige Bevölkerung von norwegischen und teilweise auch von irischen Siedlern ab. Aufgrund der isolierten Lage der Insel mussten sich die Bewohner von Anfang an selbst versorgen können. Frische Fische waren in Hülle und Fülle vorhanden, und für Fleisch war man auf die Jagd, sowie auf das Vieh angewiesen, das die Siedler später auf die Insel mitbrachten, um es unter anderem für den Verzehr zu züchten.**

natürliche, abwechslungsreiche Ernährung sorgt dann dafür, dass das saftige Fleisch der Tiere einen außerordentlich vollmundigen Geschmack hat. Wenn der Herbst anbricht, werden die frei laufenden Herden zusammengetrieben. Zwar sind sie an das isländische Klima angepasst, aber in den Wintermonaten ist es unmöglich, ausreichendes Futter zu finden. Das Zusammentreiben der Schafe ist alljährlich ein spannendes Ritual, bei dem Pferde und Hirtenhunde zum Einsatz kommen. Und wenn das geschafft ist, werden die Tiere anhand ihrer Ohrmarke von ihren Besitzern wiedergefunden.

### Nachhaltige Wärme

Die übrigen Tiere, wie zum Beispiel Hühner, Schweine und Rinder, sind domestiziert und werden auf den Bauernhöfen, sowie in deren Umgebung versorgt, weil sie nicht in der Lage sind, in der Natur zu überleben. Außerdem wird Getreide angebaut, und es gibt auch zahlreiche Gemüse- und Obstsorten aus isländischem Boden. Bestimmte Sorten wachsen auf den Feldern, beispielsweise Kartoffeln, Rüben, Karotten und Kohlsorten wie Grün- und Blumenkohl. Für den Anbau von Produkten wie Tomaten, Gurken und Paprika ist allerdings der Schutz von Gewächshäusern erforderlich. Doch auch hierbei spielt die Natur eine bedeutende Rolle. Die Gewächshäuser werden nämlich auf nachhaltige Weise geheizt, und zwar mit Hilfe des Wassers aus den zahllosen natürlichen Warmwasserquellen, für die Island berühmt ist.



### Vollmundiger Geschmack

Noch immer gibt es wild lebende Nachkommen der mitgebrachten Rentiere, und das Fleisch des Islandschafes ist für seinen ausgezeichneten Geschmack bekannt, was auch der isländischen Natur zu verdanken ist. Denn obwohl die Schafe den einheimischen Bauern gehören, laufen die Tiere in den Sommermonaten frei herum und suchen sich ihre Nahrung selbst. In den bewohnten Gebieten lassen sie sich nicht blicken, aber auf den Straßen, die die hügelige Landschaft durchqueren, heißt es ab und zu aufpassen, wenn unerwartete Verkehrsteilnehmer auftauchen. Wenn die Schafe Lämmer geworfen haben, dürfen sie in die freie Natur hinaus, wo sie sich an Gras, Kräutern, wilden Pflanzen und Beeren gütlich tun. Und diese



### Ultimativer Trip

Die Fischerei ist jedoch nach wie vor die Nummer eins im Wirtschaftsleben. Nicht nur in Bezug auf die isländische Küche, sondern auch auf dem Gebiet des Exports und des Tourismus. Die meisten Touristen besuchen Island, um Reykjavik kennen zu lernen oder um die vielen Naturwunder zu bestaunen, wie zum Beispiel Warmwasserquellen, Geysire, Wasserfälle, die Mittsommernachts-sonne oder (im Winter) das Nordlicht. Doch nicht wenige Touristen kommen auch, um sich am beliebten Lachsangeln in einem der zahlreichen Flüsse zu beteiligen. Für einen echten Sportangler ist eine Reise nach Island zum Fliegenfischen denn auch der ultimative Urlaubstrip. Allerdings ist Angeln ohne Genehmigung strengstens verboten; die Flüsse sind im Besitz von Privatleuten und diese achten auf die Schonung der Lachspopulation.

### Wilder Lachs

Wer wilden Lachs für den Eigenbedarf fangen will, muss oft tief in die Tasche greifen, aber die Ausgabe lohnt sich wirklich. In den besten Flüssen kann ein geübter Angler durchaus etwa 20 bis 30 Lachse pro Tag fangen. Doch lediglich ein einziger Lachs darf nach Hause mitgenommen werden, und auch nur dann, wenn er mindestens 70 Zentimeter lang ist. Die restlichen Lachse müssen wieder ins Wasser zurückgesetzt werden. Wer das nicht tut, muss mit einer gesalzenen Geldbuße rechnen. Angler müssen meist die Hilfe eines einheimischen Fremdenführers in Anspruch nehmen, denn in jedem Fluss herrschen unterschiedliche, oft sehr starke Strömungen. Zudem muss man bedenken, dass Lachse äußerst starke Tiere sind, da sie ja vom Meer aus flussaufwärts schwimmen können. Das Einfangen der Fische erfordert also schon ein anstatt gerüttelt "ein großes Maß an Erfahrung

und Kraft". Das Lachsangeln wird übrigens nicht nur von Touristen ausgeübt; auch die Einheimischen werfen in der meist preisgünstigeren Vor- oder Nachsaison gerne ihre Angeln aus.

### Berufsfischerei

Die für den Verzehr bestimmten Fische werden in den fischreichen Gewässern um Island herum gefangen. Die Berufsfischerei ist ein wichtiger Wirtschaftszweig, bei dem Island einen Namen zu verlieren hat: Denn die Qualität der Fische ist vorzüglich. Nachdem der Fang an Land gebracht und über die Fischauktion verkauft wurde, wird ein großer Teil exportiert. Ein weiterer Teil der frisch gefangenen Fische landet in den lokalen Fischgeschäften, um von den Einheimischen zu Hause oder in einem der hervorragenden Restaurants, die Island besitzt, zubereitet zu werden.

## The Grill Market



The Grill Market in Reykjavik ist eines der Restaurants, in denen der Gast die moderne isländische Küche genießen kann. Küchenchefin Hrefna Sætran ist eine begabte Frau. Sie hat es schon früh in ihrem Leben weit gebracht, weil sie es schaffte, ins Junior Culinary Team (Kulinarisches Junior-Team) Islands aufgenommen zu werden. Die in Island geborene und aufgewachsene Frau arbeitete in diversen renommierten Restaurants, unter anderem im Sternrestaurant Léa Linster in Luxemburg sowie in Restaurants in London und New York. Hrefna verfasste verschiedene Kochbücher und brachte zudem eine eigene Produktlinie auf den Markt, die in mehreren Geschäften auf Island erhältlich ist. Im Jahr 2008 eröffnete sie das Restaurant The Fish Market, gefolgt von The Grill Market im Jahr 2011. Die Speisekarte beider Restaurants zeichnet sich durch den Gebrauch frischer Zutaten von der Insel aus, die häufig auf dem Big Green Egg zubereitet werden. Hrefna lässt sich hierfür von der traditionellen isländischen Küche inspirieren, wobei sie den Gerichten eine moderne, oftmals dezent asiatische Geschmacksnote hinzufügt.



## Geräucherter Lachs mit Pastinakenpüree und einem Salat aus Apfel und Fenchel

Für 4 Personen

4 Lachsfilets à 200 g  
2 EL Meersalz  
Sonnenblumenöl  
2 EL Honig

Für das Pastinakenpüree:

700 g Pastinaken  
500 ml Sahne

Für den Salat:

300 ml Apfelessig  
150 g Zucker  
1 Bund Dill  
1 Bund Koriander  
1 rote Chilischote  
2 Fenchelknollen  
2 Granny Smith-Äpfel

Benötigtes Zubehör:

1 Grillplanke aus Zedernholz  
Apfel-Holzchips

1. Den Salat einen Tag vorher zubereiten: Hierfür den Apfelessig und den Zucker in einer Pfanne auf dem Herd erhitzen, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Abkühlen lassen. Die Blättchen vom Dill und vom Koriander abzupfen. Etwas von dem Dill für die Garnierung des Gerichts beiseite legen und den restlichen Dill zusammen mit dem Koriander und der Essigmischung in einem Mixer pürieren, bis ein Kräuteressig entsteht. Die Chilischote und die Fenchelknollen putzen, die Äpfel schälen und die Kerngehäuse entfernen. Alles in kleine Stücke schneiden und mit dem Kräuteressig vermischen. Abdecken und 1 Nacht in den Kühlschrank stellen, damit die Aromen sich gut miteinander vermischen können.

2. Die Grillplanke aus Zedernholz und eine Handvoll Apfel-Holzchips 1 Stunde in Wasser einweichen. Die Lachsfilets mit Meersalz bestreuen und 1 Stunde einziehen lassen. Inzwischen für das Püree die Pastinaken schälen und in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit der Sahne in einen Topf geben und so viel Wasser hinzufügen, dass die Pastinaken bedeckt sind. Zum Kochen bringen und die Pastinaken auf kleiner Flamme weich kochen. Danach die Kochflüssigkeit abgießen und auffangen. Die Pastinaken in einem Mixer pürieren und so viel Kochflüssigkeit beifügen, wie nötig ist, um ein schön glattes Püree zu erhalten. Mit Pfeffer und



Salz abschmecken. Nun die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem Rost auf 200°C erhitzen.

3. Die eingeweichte Grillplanke aus Holz mit etwas Sonnenblumenöl einfetten. Dann das Salz von den Lachsfilets abwaschen und diese auf die Grillplanke aus Holz auf dem Rost des Big Green Eggs legen. Mit dem Honig beträufeln, den Deckel schließen und den Lachs 3 Minuten garen. Die

eingeweichten Holzchips zwischen den Roststäben hindurch auf die glühende Holzkohle streuen, den Deckel schließen und den Lachs noch 3 Minuten länger garen. Das Pastinakenpüree aufwärmen.

4. Das Pastinakenpüree über die Teiler verteilen und jeweils ein Lachsfilet darauflegen. Den Salat inklusive Dressing dazugeben und mit dem beiseite gelegten Dill garnieren. Als Beilage eventuell frittierte Lotuswurzelscheiben servieren.

## Mit dem passenden Zubehör macht das Kochen noch mehr Spaß!

Nicht nur das Big Green Egg an sich ist einzigartig, sondern auch die dazugehörige erstaunlich große Auswahl an Zubehör. Inzwischen sind gut 130 verschiedene Zubehörteile erhältlich - von praktischen Kleinen Küchenhelfern bis hin zu nützlichen Kochutensilien, die das Kochen auf dem Big Green Egg noch angenehmer, einfacher und vielseitiger machen! Nachstehend stellen wir Ihnen einige Beispiele aus dem Sortiment vor. Die komplette Kollektion finden Sie unter [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu)

### Gelochte Porzellan-Grillplatte

Die gelochte Porzellan-Grillplatte eignet sich ideal zum Braten von feinem oder zerkleinertem Gemüse, Pilzen oder Meeresfrüchten und Fisch, also für Zutaten, die zu klein oder zu zart für den regulären Rost sind. Sie legen die gelochte Grillplatte einfach auf den Standard- oder Gusseisenrost und nehmen sie mit nur einem einzigen Handgriff wieder ab. Die Platte ist in folgenden Ausführungen erhältlich: halbrund (Ø 58 + 41 cm, Large bis XXLarge), rund (Ø 33 cm, MiniMax bis XXLarge + Ø 41 cm, Large bis XXLarge) und rechteckig (28x18 cm, MiniMax bis XXLarge).



### Grillrost aus Gusseisen

Dieser Gusseisenrost sorgt für ein charakteristisches Grillaroma, und weil er direkt mit der Zutat in Berührung kommt, erzeugt er auch ein schönes Grillmuster auf Zutaten wie Gemüse, Fleisch und Geflügel. Erhältlich für die Modelle Mini bis Large.

## Spareribs mit Senf-Barbecuesauce

Für 4 Personen

4 Stränge Spareribs (Rippen aus dem Schweinebauch)  
4 EL Meersalz  
2 Knoblauchzehen  
1 TL schwarze Pfefferkörner  
4 Sternanis  
1 l Rinderbrühe  
Hot Chili-Reiscracker  
50 g Brunnenkresse  
4 Zitronenscheiben oder -stücke

**Für die Sauce:**

1 Zwiebel  
4 Knoblauchzehen  
200 g Muscovado-Zucker  
125 ml Ketchup  
75 g Tomatenmark  
125 ml Dijon-Senf  
75 ml Worcestersauce  
75 ml Apfelessig  
75 ml Apfelsaft  
1 TL Tabasco  
1 TL gemahlener Kümmel  
350 ml Wasser

**Benötigtes Zubehör:**

convEGGtor  
Grillrost aus Gusseisen  
Dutch Oven  
Rostheber  
Apfel-Holzchips

1. Die Spareribs in eine Schüssel geben und mit dem Meersalz bestreuen. 2 Stunden bei Zimmertemperatur einziehen lassen.
2. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem convEGGtor und dem Gusseisenrost auf 160°C erhitzen. Die Spareribs in den Dutch Oven legen. Den Knoblauch schälen und fein hacken

und mit den Pfefferkörnern, dem Sternanis und der Rinderbrühe an die Spareribs hinzufügen. So viel Wasser dazugießen, dass sie gut von Wasser bedeckt sind. Den Dutch Oven auf den Rost stellen und den Deckel darauflegen, danach auch den Deckel des EGGs schließen. Die Spareribs 2,5 Stunden garen.

3. Inzwischen die Sauce zubereiten: Hierfür die Zwiebel schälen und schnippeln und den Knoblauch schälen und fein hacken. In einer Pfanne anbräunen und die übrigen Zutaten für die Sauce hinzufügen. Die Hitze höher stellen und die Sauce bis zu ungefähr einem Drittel einkochen lassen. Dann die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Dutch Oven aus dem EGG herausnehmen und die Spareribs in der Kochflüssigkeit abkühlen lassen. Das Feuer im EGG löschen (oder inzwischen ein anderes Gericht zubereiten).

4. Den Gusseisenrost mithilfe des Rosthebers aus dem EGG nehmen und den convEGGtor ebenfalls entfernen. Die Holzkohle wieder anzünden und den Gusseisenrost einlegen. Das Big Green Egg auf 180°C erhitzen. Eine Handvoll Apfel-Holzchips in Wasser einweichen. Die Spareribs aus der Kochflüssigkeit nehmen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

5. Die Spareribs großzügig mit der Senf-Barbecuesauce bestreichen. Den heißen Gusseisenrost mithilfe des Rosthebers aus dem EGG herausnehmen, die glühende Holzkohle mit den Apfel-Holzchips bestreuen und den Rost wieder einsetzen. Die Spareribs auf den Rost legen und auf jeder Seite 2 Minuten grillen. Nochmals mit der Sauce bestreichen und erneut 2 Minuten auf jeder Seite grillen. Den Vorgang ein drittes Mal wiederholen; danach sind die Spareribs schön saftig.

6. Die Spareribs vom Rost nehmen und jede Rippe in der Mitte durchschneiden. Über die Teller verteilen. Die Reiscracker zerbröseln und über die Spareribs streuen. Mit der Brunnenkresse und mit einer Zitronenscheibe oder -stückchen garnieren.



## Seeteufel mit Tomatenpesto und Enoki-Pilzen

Für 4 Personen

200 g Baconscheiben  
160 g Hüttenkäse  
115 g Kewpie-Mayonnaise (japanische Mayonnaise)  
3 Feigen  
50 g Zucker  
4 Seeteufelfilets à 200 g  
Dill

**Für das Pesto:**

1 Knoblauchzehe  
200 g sonnengetrocknete Tomaten  
100 ml Sonnenblumenöl  
20 ml Yuzu-Saft

**Für die frittierten Enoki:**

200 g Tempuramehl  
200 ml Asahi-Bier  
Sonnenblumenöl zum Frittieren  
150 g Enoki-Pilze

**Benötigtes Zubehör:**

Grillrost aus Gusseisen  
Halbe Grillplatte aus Gusseisen  
Rechteckige Auffangschale  
Grillhandschuh mit Aramidgewebe  
Flacher Back- und Pizzastein

1. Zuerst das Pesto zubereiten: Knoblauch schälen und mit den übrigen Zutaten für das Pesto in einen Mixer geben. Fein pürieren, aber darauf achten, dass die Tomaten nicht vollständig püriert werden. In eine Schüssel füllen und bis zum Servieren aufbewahren.
2. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem Gusseisenrost und der halben Grillplatte

aus Gusseisen (mit der glatten Seite nach oben) auf 150°C erhitzen.

3. Die Baconscheiben auf der halben Grillplatte aus Gusseisen verteilen, den Deckel des EGGs schließen und den Bacon ausbacken. Aus dem EGG nehmen und auf Küchenpapier trocknen und abkühlen lassen. Danach in Stücke zerbrechen. Das ausgetretene Fett von der halben Grillplatte aus Gusseisen entfernen und das EGG auf 200°C erhitzen. Inzwischen den Hüttenkäse und die Kewpie-Mayonnaise miteinander vermischen. Die Feigen vierteln und die Schnittflächen mit dem Zucker bestreuen. Dann den Teig für die frittierten Enokis zubereiten. Hierfür das Tempuramehl in eine Rührschüssel geben und mit dem Bier verrühren. Das Sonnenblumenöl in einer Frittierpfanne auf 180°C erhitzen.

4. Nun die Seeteufelfilets auf den Rost des EGGs und die Feigen auf die halbe Grillplatte aus Gusseisen legen. Die Seeteufelfilets von beiden Seiten grillen, vom Rost nehmen und in die rechteckige Auffangschale legen. Die Feigen aus dem EGG nehmen, sobald der Zucker karamellisiert ist. Die halbe Grillplatte mit dem Grillhandschuh vorsichtig vom Rost nehmen. Dann den flachen Back- und Pizzastein auf den Rost legen.

5. Auf jedes Seeteufelfilet zwei Esslöffel der Hüttenkäsemischung geben. Die rechteckige Auffangschale auf den flachen Back- und Pizzastein stellen, den Deckel des EGGs schließen und ca. 4 Minuten garen, bis das Fischfleisch ganz durchgegart und die Hüttenkäsemischung über den Filets geschmolzen ist. Aus dem EGG nehmen und die Feigen kurz auf eine Seite des Rosts legen, um sie aufzuwärmen, falls nötig. Den Teig für die frittierten Enokis durchrühren, die Enoki-Pilze in den Teig tauchen und mit einem Schaumlöffel herausnehmen. Im Sonnenblumenöl goldbraun frittieren.

6. Die gratinierten Seeteufelfilets über die Teller verteilen und etwas Tomatenpesto darüberlöffeln. Die Baconstücke, die Feigen und die frittierten Enokis dazulegen und mit Dill garnieren.



## Muscheln von der Grillplanke

Ein leckerer und gesunder Imbiss, den Sie ganz einfach auf Ihrem EGG zubereiten können, sind Muscheln auf einer Räucherplanke. Hierfür eine Grillplanke aus Zedernholz mindestens 30 Minuten in Wasser einweichen und das EGG auf ungefähr 230°C erhitzen. Die Muscheln auf der Planke verteilen, diese auf den Rost des Big Green Eggs legen und den Deckel schließen. Dann die Muscheln 10-15 Minuten räuchern, bis sie sich öffnen.

### Rechteckige Auffangschale

Die Rechteckige Auffangschale (33 x 23 cm) kann - mit etwas Wasser gefüllt oder nicht - als Abtropfbehälter oder Bratpfanne verwendet werden. Sie lässt sich gut mit dem V-Rack Bratenkorb kombinieren, um Geflügel oder größere Fleischstücke zu garen, und verfügt über eine praktische Antihafbeschichtung, weshalb Sie sie leicht und schnell reinigen können.



### Holzchips

Wenn Sie die (eingeweichten) Holzchips auf die Kohlen streuen, werden die Zutaten und Gerichte geräuchert und erhalten ein charakteristisches Räucheraroma. Die Holzchips von Big Green Egg sind in den Geschmacksvarianten Walnuss, Pekannuss, Apfel und Kirsche erhältlich.

### Grillplanken aus Holz

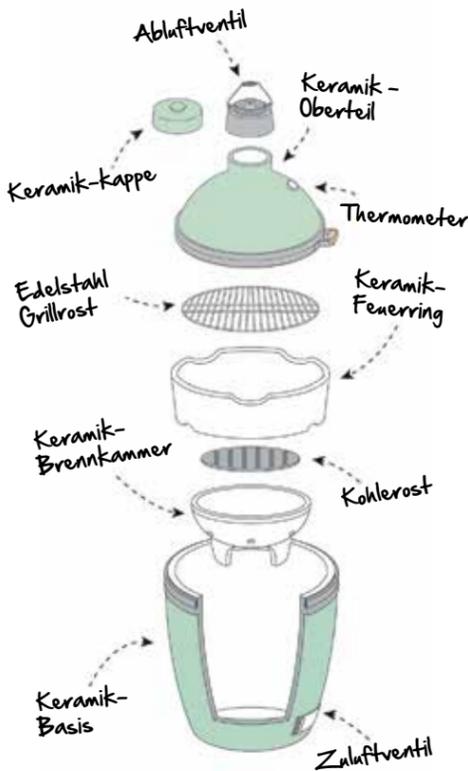
Grillplanken aus Holz verleihen Zutaten wie Fleisch und Fisch mehr Geschmack und Aroma. Legen Sie die Zutaten auf das (in Wasser eingeweichte) Brett auf dem Rost. Durch die Feuchtigkeit, die das Brett aufgesaugt hat, entsteht ein Räuchereffekt. Für die verschiedenen Geschmacksakzente sind die Grillplanken in den Varianten Zeder und Erle erhältlich.



>> Lesen Sie weiter auf Seite 19

# Befüllen, anzünden & kochen

Mit einem Big Green Egg sind viele Kochtechniken möglich, wenn Sie, nach dem Anzünden des EGG, eventuell mithilfe von Zubehörteilen gewisse Aufbauten verwenden. Auf diese Weise können Sie Ihr Big Green Egg zum Grillen, Backen, Kochen, Schmoren, Räuchern oder Niedrigtemperaturgaren verwenden. Auf dieser Seite finden Sie als Leitfaden die Grundaufbauten und einige dazu passende Zubereitungsweisen.



## SO ZÜNDEN SIE DAS BIG GREEN EGG AN

1. Füllen Sie den keramischen Feuerkorb bis ca. 5 cm über den Rand mit Holzkohle. Legen Sie 3 Big Green Egg Holzkohle-Grillanzünder darauf.
2. Öffnen Sie das Zuluftventil an der Keramikbasis vollständig und zünden Sie die Grillanzünder an. Lassen Sie den Deckel offen stehen. Durch die große Menge an Sauerstoff wird die Holzkohle schnell zu glühen beginnen.
3. Setzen Sie nach 10 bis 15 Minuten, wenn die Grillanzünder aufgebrannt sind, die Zubehörteile für den gewünschten Aufbau ein.
4. Schließen Sie den Deckel und setzen Sie das Abluftventil darauf. Stellen Sie die Temperatur mittels dem Zuluft- und Abluftventil ein.

**Achtung! Halten Sie den Deckel vom Big Green Egg nach dem Anzünden möglichst geschlossen, damit die gewünschte Temperatur im EGG erhalten bleibt.**

## TEMPERATUREN & GARZEITEN

In dieser Übersicht finden Sie eine Auflistung sowie Temperatur- und Zeitangaben für häufige Zubereitungen auf dem Big Green Egg.

Zubereitung	Gewicht	Temperatur Big Green Egg	Kern-Temperatur	Zeit (ca.)
<b>Aufbau 1</b>				
<b>Grillen</b>				
Obst & Gemüse	20-100 g	220°C	-	2-5 min.
Schalentiere	20-100 g	220°C	55°C	13 min.
Fisch	150-250 g	220°C	55°C	13 min.
Rib eye am Knochen	1 kg	230-250°C	52-58°C	16-20 min.
Rib-eye	100-250 g	220°C	50-68°C	5-10 min.
Lammkoteletts	100-250 g	220°C	50-68°C	5-10 min.
Hähnchen	150-250 g	150°C	77°C	16-20 min.
Entenbrust	300 g	190-200°C	54°C	6-8 min.
<b>Aufbau 2</b>				
<b>Indirekt Kochen</b>				
Schweinenacken	2-5 kg	120°C	65°C	4 h
Lammkeule	2-5 kg	120°C	55°C	3 h
Rinderschwanzstück	2-5 kg	120°C	48°C	1,5 h
Ofenhähnchen	1,5 kg	180°C	77°C	75-90 min.
Hähnchenkeule	250 g	180°C	77°C	35 - 45 min.
Hühnerbrust	250 g	180°C	77°C	16 - 20 min.
<b>Räuchern</b>				
Schweinenacken	2-5 kg	90°C	65°C	8-9 h
Rinderschwanzstück	1-3 kg	90°C	48°C	1,5 h
Lachs	180 g	90°C	50°C	20-25 min.
<b>Aufbau 3</b>				
Schmorgericht mit Fleisch	2-8 kg	150°C	-	3-4 h
Schmorgericht mit Gemüse	1-5 kg	150°C	-	20 min.
<b>Aufbau 4</b>				
Pizza (Kruste 2-3 mm)	-	250°C	-	6-10 min.
Röstkartoffeln	-	150°C	-	2-3 h
Geröstetes Knollengemüse	-	150°C	-	2-3 h
Warmer Schokoladenkuchen	-	200°C	-	10 min.

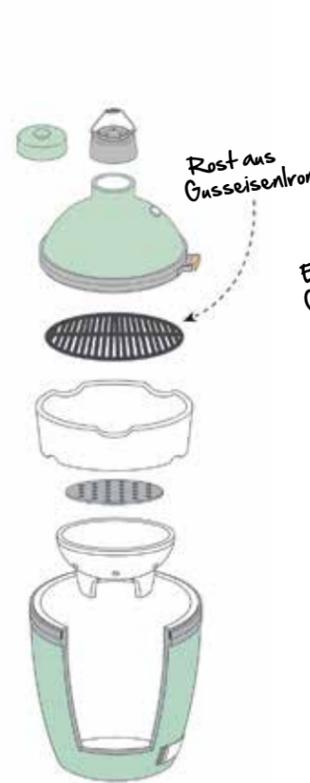
### Praktische Anleitungsvideos

Auf dieser Seite werden die Grundprinzipien für den Gebrauch des Big Green Egg erläutert. Wie backt man eine leckere Pizza oder gutes Brot auf dem EGG eigentlich genau? Wie kann man die Temperatur problemlos überwachen, und wie verwendet man das Big Green Egg als Räucherofen? Diese und viele weitere Fragen werden in den folgenden sieben, äußerst informativen Anleitungsvideos beantwortet: „Anzünden und ausmachen“, „Richtige Temperaturregelung“, „Grillen“, „Indirekt Kochen“, „Räuchern“, „Arbeiten mit dem Pizza Backstein“ und „Reinigung und Pflege“ unter [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu). Diese Videos finden Sie unter „instructions“ (Anleitungen).



## GRUNDAUFBAUTEN

### 1 Rost aus Gusseisen

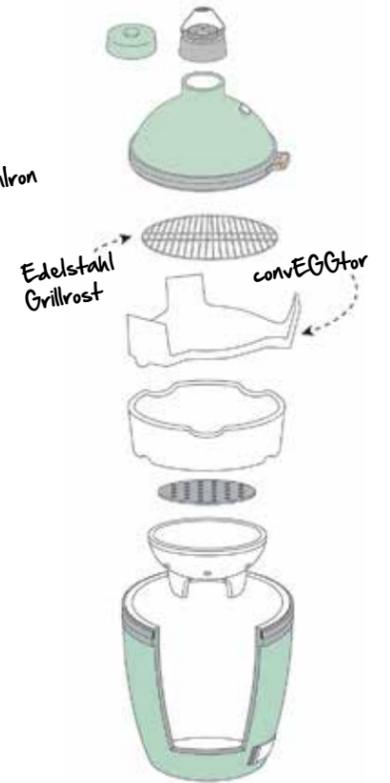


#### Die Kunst des Grillens!

Durch die Verwendung des Grillrosts aus Gusseisen bei der direkten Garung erhalten die Zutaten schöne, typische Grillstreifen. Gusseisen speichert die Temperatur außerdem besser als Edelstahl.

*Unter anderem geeignet für:*  
Fleisch mit kurzen Garzeiten / Gemüse / Fisch / Obst / Jakobsmuscheln

### 2 convEGGtor & Edelstahl Grillrost

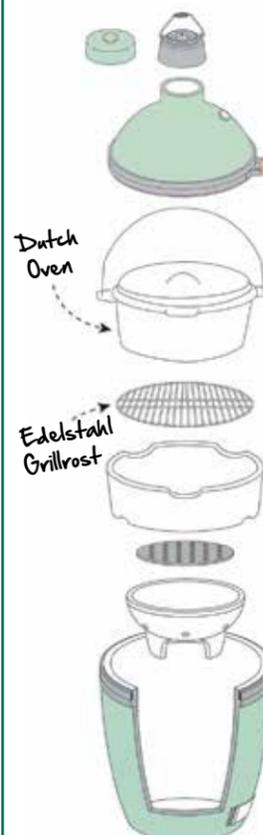


#### Indirektes Garen

Durch das Einsetzen des convEGGtors verwandeln Sie Ihr Big Green Egg in einen Ofen. Einsetzbar für niedrige und hohe Temperaturen, eventuell mit Zugabe von Holzchips zum Räuchern von Zutaten.

*Unter anderem geeignet für:*  
Garen von Braten / Fisch / Räuchern von Braten und Fisch

### 3 Edelstahl Grillrost & Dutch Oven

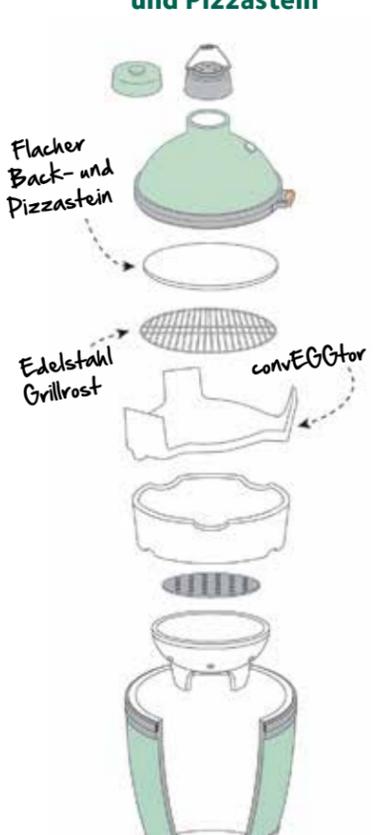


#### Schmoren

Durch die Verwendung des Dutch Oven ohne Deckel wird das Gericht gut von dem köstlichen Aroma durchzogen, für welches das Big Green Egg bekannt ist.

*Unter anderem geeignet für:*  
Geschmorte Kalbsbäckchen / Schmor Gemüse / Boeuf Bourguignon / Schmorzwiebeln

### 4 convEGGtor, Edelstahl Grillrost & flacher Back- und Pizzastein



#### Backen auf Stein

Für das Backen von Torten, Brot, Pizzas und das Dünsten von beispielsweise (Süß-)Kartoffeln und Gemüse.

*Unter anderem geeignet für:*  
Brot / Pizza / Warmen Schokoladenkuchen / Gedünstete Kartoffeln und Gemüse



# Lust auf Süßes?

Zünden Sie das Big Green Egg an! Denn auch Torten, Kekse, Kuchen und viele andere Gebäck- und Dessertsorten zeichnen sich durch die leckere Geschmacksnote aus, die das Big Green Egg berühmt gemacht hat. Lassen Sie sich von den folgenden Rezepten des Spitzenkonditors Hidde de Brabander inspirieren und verwöhnen Sie Ihre Gäste und natürlich auch sich selbst mit den köstlichsten süßen Leckereien.

## Bretonische Kekse mit geräuchertem Rohrzucker

Für ca. 25-30 Kekse

100 g Rohrzucker  
40 g Eidotter  
120 g Mehl + etwas Mehl zum Bestäuben  
4 g Backpulver  
1 g Salz  
80 g Butter, zimmerwarm

**Benötigtes Zubehör:**  
Runde/Rechteckige Auffangschale  
Pekannuss-Holzchips  
convEGGtor  
Grillhandschuh (Aramidgewebe)  
Flacher Back- und Pizzastein

1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und das EGG auf 150°C erhitzen. Den Rohrzucker in die Auffangschale füllen.
2. Eine handvoll Holzchips über die glühende Holzkohle streuen, den convEGGtor einsetzen und den Rost in das EGG legen. Die Auffangschale auf den Rost stellen, Deckel schließen und den Zucker ca. 15 Minuten räuchern.
3. Nun die Auffangschale mithilfe der Grillhandschuhe aus dem EGG nehmen und das Zuluftventil schließen, sodass die Holzkohle erlischt (oder das EGG inzwischen für eine andere Zubereitung verwenden). 80 g des geräucherten Rohrzuckers abwiegen (den Rest zur späteren Verwendung aufbewahren), zusammen mit dem Eidotter in eine

Rührschüssel geben und locker verquirlen. Mehl, Backpulver und Salz zweimal durchsieben und mit der Zuckermischung vermengen. Die Butter unterheben, den Teig in eine Folie wickeln und 2 Stunden in den Kühlschrank legen.

4. Das Big Green Egg erneut anzünden und zusammen mit dem convEGGtor und dem Rost auf 180°C erhitzen. Dann zwei Stücke Backpapier bereitlegen, die etwa genauso groß sind wie der flache Back- und Pizzastein. Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsplatte ca. 2 cm dick ausrollen. Mit einer Ausstechform Kreise mit einem Durchmesser von ca. 6 cm ausstechen, auf das Backpapier legen und mit dem restlichen geräucherten Zucker bestreuen.



5. Den ersten Bogen Backpapier vorsichtig auf den flachen Back- und Pizzastein legen und diesen auf den Rost stellen. Den Deckel des EGGs schließen und die Kekse in ca. 15 Minuten goldbraun backen. Die zweite Portion Kekse auf gleiche Weise zubereiten.





## Mandelörtchen

Für 14 Törtchen

**Für den Mürbeteig:**  
100 g kalte Butter  
300 g Mehl + etwas Mehl zum Bestäuben  
200 g Zucker  
50 g Ei

**Für die Füllung:**  
200 g Mandelmasse  
100 g Vollmilch  
100 g Eier  
10 Erdbeeren

**Für den Spritzteig:**  
200 g geriebene Mandeln  
200 g Zucker  
20 g Eiweiß

**Zusätzlich:**  
Butter zum Einfetten

**Benötigtes Zubehör:**  
convEGGtor  
Grillhandschuh mit Aramidgewebe



1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem convEGGtor und dem Rost auf 180°C erhitzen.

2. Währenddessen für den Mürbeteig die Butter in Würfel schneiden. Das Mehl zweimal durchsieben. Dann die Butter mit dem Zucker vermischen, die Eimasse hinzufügen und das Mehl unterkneten.

3. Für die Füllung die Mandelmasse in die Schüssel einer Küchenmaschine mit Flügelmesser geben und sämig mixen. Während des Mixens nach und nach die Milch und die Eier hinzufügen. Die Füllung in einen Spritzbeutel geben. Die Erdbeerkronen entfernen und die Früchte in Stücke schneiden.

4. Für den Spritzteig alle Zutaten miteinander vermischen. 2 gusseiserne Pfannenbackformen für Mini-Kuchen einfetten, für je 7 Mini-Kuchen (Ø 8,5 cm); oder verwenden Sie andere runde, gusseiserne Backformen mit demselben Durchmesser).

5. Den Mürbeteig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsplatte 3 mm dick

ausrollen und 14 Kreise mit einem Durchmesser von 8-8,5 mm ausstechen. In jede Aushöhlung der Backform einen Teigkreis legen. Eine Schicht der Füllung darüber spritzen und die Erdbeerstückchen darauf verteilen. Zum Schluss mit dem Spritzteig garnieren und auf eine der Backformen auf den Rost stellen. Den Deckel des EGGs schließen und die Törtchen in 15-20 Minuten goldbraun backen.



6. Die Form mit dem Grillhandschuh aus dem EGG herausnehmen. Die Törtchen in der zweiten Form auf gleiche Weise backen. Dann die Törtchen etwas abkühlen lassen und mit einem Löffel aus der Form nehmen.

## Poffertjes mit Bier

Für ca. 6 Personen

250 g Mehl  
5 g Backpulver  
125 g Vollmilch, zimmerwarm  
125 g Bier (nach Wahl), zimmerwarm  
100 g Eier  
30 g Ahornsirup  
Sonnenblumenöl

**Als Beilage:**  
Butter  
Puderzucker

**Benötigtes Zubehör:**  
convEGGtor

1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem convEGGtor und dem Rost auf 200°C erhitzen. In der Zwischenzeit das Mehl und das Backpulver über einer Rührschüssel zweimal durchsieben. Milch, Bier und Ei nach und nach dazugeben und verrühren. Zum Schluss den Ahornsirup unterrühren. Warten Sie, bis das Backpulver wirkt und der Teig hier und da Blasen schlägt; füllen Sie ihn dann in eine Spritzflasche oder in einen Spritzbeutel.

2. Die Unterseite einiger leerer Bierdosen mit Sonnenblumenöl einfetten und umgekehrt auf den Rost stellen. In jede Dose die gleiche Menge Teig spritzen, den Deckel des EGGs schließen und die Poffertjes in einigen Minuten von beiden Seiten goldbraun backen. Die Poffertjes wenden, wenn sie auf der Oberseite gestockt und auf der Unterseite goldbraun sind.

3. Die Poffertjes mit Butter und Puderzucker servieren.

**TIPP:** Statt Bierdosen können Sie auch eine traditionelle gusseiserne Poffertjespfanne auf den Rost stellen und die Poffertjes darin backen.



## Die Geschmacksexpedition eines Konditors

Schon in jungen Jahren begann seine Karriere bei einer Konditorei, und später konnte er sich bei der renommierten Patisserie Huize van Wely weitere Fachkenntnisse aneignen. Danach war er unter anderem bei Sternrestaurants wie Landgoed Duin & Kruidberg, Parkheuvel und De Librije für Patisserie und Desserts verantwortlich, bis sich Pâtissier Hidde de Brabander 2010 mit seiner eigenen Marke Dreams of Magnolia selbständig machte.

Hidde ist immer auf Entdeckungsreise nach neuen Techniken, Zutaten, Geschmacksrichtungen und -kombinationen. Auch deshalb haben seine Kreationen oft eine überraschende Geschmacksnote mit dem gewissen Etwas. Klassiker erhalten auf diese Weise den Charme des Besonderen und Einzigartigen. So enthält Hiddes Sortiment aus weichem, dickflüssigem Nougat - das auf dem klassischen „Nougat de Montelimar“ basiert - ausgesprochen originelle Geschmacksnoten.

Zu seinen Entdeckungen gehörte auch das Big Green Egg, das der engagierte Fachmann nicht nur zur Garung von Gerichten und Zutaten verwendet, sondern auch, um Rohstoffen einen besonders aromatischen Geschmack zu verleihen. Beispielsweise werden die Mandeln für eine seiner Nougatsorten auf dem Big Green Egg geräuchert, bevor sie weiterverarbeitet werden. Ein superbes, einmaliges Aroma, das Sie sofort herausschmecken!

Im vorigen Jahr entwickelte der Pâtissier außerdem seine eigene Schokoladensorte: „Grind - cacao by Hidde“. Indem er Kakaobohnen auf dem Big Green Egg röstete und sie zu einer Bitterschokolade mit einem Kakaanteil von 85 % verarbeitete, entstand ein Produkt mit einem aufregenden, unvergleichlichen Geschmack. Hidde: „Durch diese Zubereitung erhält das Produkt automatisch das typische Big Green Egg-Aroma. Meiner Meinung nach ist dies die sechste Geschmacksrichtung nach salzig, süß, sauer, bitter und umami (herzhaft).“



**FLAVOUR VIRTUOSO**  
OUR SENSES ARE A GIFT TO ENJOY LIFE TO THE FULLEST  
[WWW.BIGGREENEGG.EU](http://WWW.BIGGREENEGG.EU)

Hidde de Brabander  
The Netherlands  
OPEN FLAVOUR

Big Green Egg



## Pistazienkuchen

Für 1 Kuchen

800 g Mandelmasse  
480 g Butter, zimmerwarm + extra  
Butter zum Einfetten  
400 g Eier  
360 g Mehl  
120 g geschälte, ungesalzene  
Pistazien  
40 g fein geriebene Zitronenschale  
Puderzucker  
Kandierte Zitronenschale

**Benötigtes Zubehör:**  
convEGGtor  
Dutch Oven  
Grillhandschuh (Aramidgewebe)

1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem convEGGtor und dem Rost auf 170°C erhitzen.
2. Inzwischen die Mandelmasse und die Butter in eine Rührschüssel geben und zu einer lockeren Mischung verrühren. Nach und nach die Eier unterrühren, und zwischendurch warten, bis sie vollständig aufgenommen wurden.
3. Das Mehl zweimal über einer weiteren Rührschüssel durchsieben. Die Pistazien grob hacken, 100 Gramm abwiegen (die restlichen Pistazien beiseite stellen) und zusammen mit dem Mehl durch die Mandelmischung rühren. Zum Schluss die geriebene Zitronenschale mit dem Teig vermischen.
4. Ein kleines Stück Butter schmelzen lassen und hiermit den Dutch Oven einfetten. Den Teig in den Dutch Oven geben und mit den restlichen Pistazien bestreuen. Auf den Rost stellen und den



Deckel des EGGs schließen. Den Kuchen in ca. 45 Minuten fertig backen, bis er goldbraun ist.

5. Den Dutch Oven mit dem Grillhandschuh aus dem EGG herausnehmen und den Kuchen darin abkühlen lassen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen und mit der kandierten Zitronenschale garnieren.

Fortsetzung von Seite 14



### The Pit Mitt® BBQ-Handschuh

Der Grillhandschuh mit Aramidgewebe bietet verschiedene Vorteile gegenüber den üblichen Grillhandschuhen; die Innenseite ist aus weicher Baumwolle gefertigt, während die Außenseite aus flammenhemmenden und hitzefesten Aramidfasern besteht, einem Material, das zu diesem Zweck auch in der Raumfahrt zum Einsatz kommt. Da die Finger voneinander getrennt sind und der Handschuh mit einem Silikonmuster beschichtet ist, ist er äußerst grifffest. Der Grillhandschuh mit Aramidgewebe ist sowohl für die linke als auch für die rechte Hand geeignet.

### convEGGtor®

Der keramische convEGGtor ist ein Hitzeschutz, der dafür sorgt, dass die Nahrung nicht in direkten Kontakt mit der Wärmequelle kommt. Durch die Erzeugung indirekter Hitze entsteht der Effekt eines Ofens. Diese Zubereitungsmethode eignet sich ideal für Ofengerichte, für das Garen empfindlicher Zutaten oder bei niedrigen Temperaturen und für die Verwendung des Dutch Oven. Der convEGGtor kann eventuell mit dem flachen Back- und Pizzastein kombiniert werden, auf dem Sie das leckerste Brot und Pizzen mit einem authentischen, knusprigen Boden backen.  
*Erhältlich für alle Modelle.*



### Flacher Back- und Pizzastein

Wenn Sie den flachen Back- und Pizzastein auf den Rost des Big Green Egg legen, backen Sie unter anderem ganz einfach köstliches Brot mit knuspriger Kruste und Pizzen mit einem authentischen, knusprigen Boden. Dieser praktische Stein ist auch als halber Backstein (für die Modelle Large und XLarge) erhältlich. Damit können Sie dann beispielsweise Brötchen aufbacken, während Sie gleichzeitig Fleisch darauf grillen oder bereits fertige Produkte im Topf warm halten.  
*Erhältlich für die Modelle Medium bis XLarge (auch für XXLarge geeignet).*

### Dutch Oven

Der Dutch Oven, ein Topf aus Gusseisen, eignet sich perfekt für allerlei Eintopfgerichte wie Schmorgerichte, Eintöpfe, Suppen oder Braten. Aus diesem Grund ist der Dutch Oven ideal zum Kochen, Schmoren und Braten.  
*Geeignet für die Modelle Medium bis XLarge.*



### Runde Auffangschale

Diese multifunktionale runde Auffangschale ist sehr vielseitig. Sie fängt das Fett und eventuell weitere Säfte auf, die aus den Zutaten tropfen, und kann, falls nötig, mit etwas Wasser gefüllt werden, um im EGG eine höhere Luftfeuchtigkeit zu erreichen. Sie kann aber auch als Topf zum Erwärmen von Flüssigkeiten verwendet werden. Dank der Antihafbeschichtung lässt sich die Auffangschale nicht nur leicht reinigen, sondern kann auch als Kuchenform eingesetzt werden. Besonders beliebt ist dieses Zubehör in Kombination mit dem Hühnchen-/Truthahnsitz aus Keramik bzw. Edelstahl.



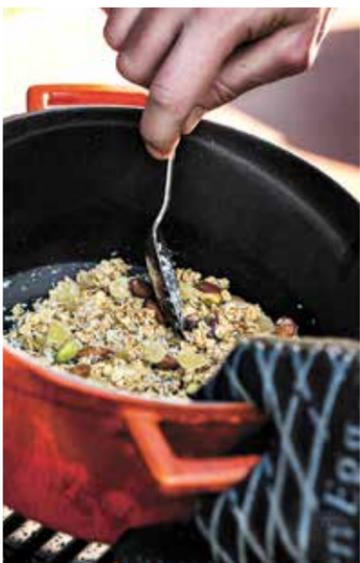
## Granola

Für 2 Portionen

1 Vanilleschote  
100 g Haferflocken  
60 g Quinoaflocken  
60 g geschälte, ungesalzene  
Pistazien  
50 g geschälte, ungesalzene  
Mandeln  
40 g Honig  
10 g Kokosöl  
Nach Geschmack kandierte Ananas  
Grobes Meersalz nach Geschmack

**Benötigtes Zubehör:**  
convEGGtor  
Dutch Oven

1. Die Holzkohle im Big Green Egg anzünden und mit dem convEGGtor und dem Rost auf 170°C erhitzen. Währenddessen die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, das Mark herauskratzen und mit den Hafer- und Quinoaflocken, den Pistazien, den Mandeln und dem Honig vermischen.
2. Den Dutch Oven (oder eine andere gusseiserne Pfanne) auf den Rost stellen, das Kokosöl hinzufügen und den Deckel des EGGs schließen. Warten Sie, bis das Kokosöl geschmolzen ist.
3. Dann die Mischung über den Boden der Pfanne verteilen und den Deckel des EGGs schließen. In ca. 12 Minuten goldbraun backen.
4. Das Granola zerteilen und die kandierte Ananas und Meersalz nach Geschmack hinzufügen.



# Gans? Ganz schön nachhaltig!

Wir treffen sie immer öfter auf der Speisekarte an: die Gans. Ein Wildvogel, der in den meisten Ländern in (zu) großer Zahl vorkommt. Um die von diesen Tieren in der Natur verursachten Schäden zu begrenzen, werden sie bejagt. Die Jagd auf die Gans verhindert, dass ihre Population überhand nimmt und zudem sorgt sie dafür, dass wir ein herrliches, nachhaltiges Stück Bio-Fleisch genießen können.



Die Bekämpfung der Gänse in der Umgebung von Flugplätzen im Rahmen der Luftverkehrssicherheit ist allgemein bekannt, aber es gibt auch darüber hinaus gewichtige Gründe, die Zahl der Wildgänse in Grenzen zu halten. Wildtiere sind zwar ein Teil der Natur, doch sowohl für Menschen als auch für Tiere ist es von ausschlaggebender Bedeutung, dass das Gleichgewicht im Wildbestand erhalten bleibt. Ein Überschuss an bestimmten Tierarten kann dieses Gleichgewicht empfindlich stören. Und die Wildgans ist eine der Tierarten, die beispielsweise für Ackerpflanzen eine Bedrohung darstellt. Henk Stam ist einer der Jäger, die sich dafür einsetzen, dass die Gänsepopulation nicht aus dem Gleichgewicht gerät. Die Jagd und die Liebe zur Natur hat er schon mit der Muttermilch eingesogen, denn auch sein Vater und Großvater waren auf diesem Gebiet aktiv. Eine Tradition, die Henk mit großem Enthusiasmus fortsetzt.

## Carpaccio von geräucherter Gans

Der Verzehr von Gänsefleisch ist immer stärker im Kommen und das ist auch Henk und seinen Jägerkollegen von der Wildschutzeinheit von Wormer- und Jisperveld zu verdanken. In der Vergangenheit wurden bejagte Gänse – im Gegensatz zu den meisten anderen Wildtieren – in vielen Ländern noch häufig einfach getötet und weggeworfen. „Eine Sünde“, meint Henk. „Gänsefleisch, vor allem das von jungen Gänsen, ist ungeheuer lecker. Die Gänse, die wir in den Monaten erlegten, in denen die Gänsejagd erlaubt war, wurden mehrere Jahre lang von einem Restaurant hier in der Gegend auf der Speisekarte angeboten, bis das Restaurant verkauft wurde. Der Küchenchef hat daraus ein vollständiges Menü zubereitet. Er hat zum Beispiel ein Carpaccio von geräuchertem Gänsebrustfilet, eine Tasse Gänsebouillon, eine Krokette auf der Basis von Gänsefleisch, einen Gänse-Eintopf und ein als Beefsteak gebrauchtes Gänsebrustfilet serviert.“



## Freilandfleisch in Bio-Qualität

Zum Glück setzen immer mehr Restaurants Wildgänse auf ihre Speisekarte und für den Verbraucher sind sie beim Geflügelhändler erhältlich. Zu Recht, denn die Gans ist nicht nur ein besonders schmackhaftes Wildtier, sondern auch ein ausgesprochen nachhaltiges Freilandfleisch in Bio-Qualität. Die Jagd auf die Gans ist gesetzlich eindeutig geregelt. Im Rahmen des Naturschutzes und der Schadensbekämpfung wird für bestimmte Gebiete einige Monate im Jahr eine Jagdvollmacht erteilt, und zwar aufgrund der Zählungen, die die Jäger der Wildschutzeinheiten in Zusammenarbeit mit den Landschaftsschutzbehörden durchführen. „Jagen ist weit mehr als nur auf die Jagd zu gehen“, erklärt Henk. „Die Tiere müssen gezählt werden, um beispielsweise herauszufinden, ob es in einer bestimmten Region ein ausgewogenes Verhältnis zwischen der Anzahl der Gänse, Enten, Hasen, Fasane und Füchse gibt. Wenn festgestellt wird, dass der Bestand einer der Tierarten abnimmt, wird dies bei der Jagd berücksichtigt.“

## Gute Übersicht über den Wildbestand

„Vor ein paar Jahren war beispielsweise die Zahl der Fasane zurückgegangen,

sodass wir einige Jahre keine Fasane gejagt haben, damit sich die Population erholen konnte. Als die Zahl der Tiere wieder zugenommen hatte, erlegten wir in erster Linie Hähne und verschonten die Hennen. Wenn ein Fasan fliegt, hört man nämlich, ob es sich um einen Hahn oder eine Henne handelt. Genauso wie bei Hasen: Wenn ein Hase aufspringt und wegrennt, sieht ein Jäger in neun von zehn Fällen, ob es ein Rammler oder eine Häsin ist. Aufgrund des Ergebnisses der Zählung kann man dann entscheiden, ob das Tier bejagt werden soll oder nicht“, erläutert Henk. Die Zählungen der diversen nationalen Wildschutzeinheiten werden an die Naturschutzbehörde und an die Jägervereinigung weitergeleitet und von diesen Organisationen registriert; ein ähnliches System gibt es in ganz Europa. Hierdurch verfügen die Länder jederzeit über eine genaue Übersicht über den aktuellen Wildbestand.

## Schadensbekämpfung

Neben der Jagd in Naturschutzgebieten kommt es übrigens regelmäßig vor, dass Bauern das fachliche Können der Jäger in Anspruch nehmen. Henk: „Wenn Bauern Probleme mit einer bestimmten Tierart haben, können sie eine Genehmigung beantragen, diese bejagen zu lassen. Hier im Polder

haben wir es mit Schäden durch Gänse zu tun, aber andere Provinzen haben beispielsweise Probleme mit Schweinen, Hirschen und/oder Hasen. Wenn nun in unserem Gebiet eine Genehmigung beantragt wurde, wird unsere Wildschutzeinheit benachrichtigt und dann muss ich versuchen, zusammen mit meinen Leuten die Wildschäden, die dem Bauer entstanden sind, mithilfe der Jagd zu begrenzen. Denn neben dem Schutz des Wildes gehört es auch zu unseren Aufgaben, Schäden zu bekämpfen. Auch dies wird von der Naturschutzbehörde der Provinz registriert. So müssen wir unter anderem schriftlich festhalten, wann wie viele

unserer Jäger an der Jagd teilgenommen und wie viele Gänse wir gesehen und erschossen haben.“

## Respekt vor der Natur

Neben den gesetzlichen Vorschriften stellen auch Weidmannsregeln einen wichtigen Bestandteil der Jagd dar. Ein weidmännischer Jäger ist ein fachkundiger und verantwortungsvoller Jäger mit Respekt vor der Natur. Dieser Verhaltenskodex, an den sich ein echter Jäger stets halten wird, bezieht sich unter anderem auf den Umgang mit der Natur, mit seiner Waffe und mit Mensch und Tier allgemein. „Weidmännisches Verhalten zeigt sich insbesondere in der Jagdmethode. Beispielsweise wird ein Jäger aus Respekt vor dem Tier niemals schießen, wenn er befürchten muss, dass er das Tier nur verwundet. Zudem werden Hasen oder Vögel nicht beschossen, wenn sie gerade still dasitzen oder ruhig im Wasser schwimmen. Vögel werden nur beschossen, wenn sie durch die Luft fliegen. Das gehört einfach zu einem weidmännischen Verhalten und als Jäger hat man das zu respektieren“, sagt Henk zum Schluss. Wildgans ist also ein vertrauenswürdiges, nachhaltiges Fleisch, das auf verantwortungsbewusste Weise bejagt wird und sich obendrein hervorragend für die Zubereitung auf dem Big Green Egg eignet! ■



Salat aus geräuchertem Gänsebrustfilet, gegrillten Sommermöhren und Brunnenkresse



Gegrillte Gänsebrust mit einer Crème aus weißen Bohnen und einem Salat aus Staudensellerie und Gänsekeule

Nektarinenkuchen mit Rahmkäse



## BIG GREEN EGG MENÜ DER SAISON

## Den Sommer schmecken

Ein schwüler Sommerabend in netter Gesellschaft, man sitzt an einem appetitlich gedeckten Gartentisch und schwelgt in den leckersten Gerichten aus dem Big Green Egg. Gibt es ein schöneres Szenario? Dieses Drei-Gänge-Menü kann fast vollständig vorbereitet werden, sodass Sie gemeinsam mit Ihren Gästen den herrlichen Abend genießen können.

Würden Sie sich nicht auch freuen, in Ihrer Mailbox die neuesten Saisonmenüs und Rezept-Specials für das Big Green Egg vorzufinden? Melden Sie sich dazu einfach auf [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu) für Inspiration Today an. Sie können sich dann immer wieder von fantastischen Rezepten inspirieren lassen.

### Zutaten (für 4 Personen)

#### Vorspeise: Salat

- 2 Brustfilets von wilden (jungen) Gänsen ohne Haut
- 8 kleine Sommermöhren
- 1 Bund Brunnenkresse
- 2 EL Olivenöl
- 100 ml Joghurt

#### Zum Pökeln:

- 50 g Meersalz
- 25 g Zucker
- 2 Knoblauchzehen
- 20 schwarze Pfefferkörner

#### Hauptgericht:

##### Gegrillte Gänsebrust

- 4 Keulen von wilden (jungen) Gänsen
- 1 kleiner Strunk Staudensellerie
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 1 Zweig Thymian
- 1 Dose weiße Bohnen à 330 g
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Granny Smith-Apfel
- 3 EL Olivenöl
- 2 Brustfilets von wilden (jungen) Gänsen
- 1 Zweig Liebstöckel

#### Nachspeise: Nektarinenkuchen (für 6 Personen)

- 50 g Zucker
- 150 g Mehl + etwas Mehl zum Bestäuben
- 100 g Butter, zimmerwarm + extra Butter zum Einfetten
- 1 kleines Ei

#### Für die Füllung:

- 200 g Rahmkäse
- 4 Nektarinen
- 100 ml Sahne
- 2 Eidotter
- 1 EL Honig

#### Benötigtes Zubehör:

- Apple Wood Chips
- convEGGtor
- Funkthermometer mit zwei Fühlern
- Grillhandschuh mit Aramidgewebe
- Grillrost aus Gusseisen
- Rostheber

Keramische Backbohnen (oder Reis bzw. getrocknete Hülsenfrüchte) zum Blindbacken des Bodens

### Vorbereitung

#### Salat

*Am Vortag oder am Morgen des Essens zubereiten*

Zum Pökeln 500 ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Topf vom Herd nehmen, das Meersalz und den Zucker im Wasser auflösen und in eine Schüssel gießen. Inzwischen den Knoblauch und die Pfefferkörner zerdrücken. Zur Pökellake hinzufügen und abkühlen lassen. Dann die Gänsebrustfilets in die Pökellake legen und mindestens sechs Stunden im Kühlschrank pökeln lassen.



#### Am Tag selbst

Eine Handvoll Apple Wood Chips in Wasser einweichen. Das Big Green Egg anzünden und auf 120°C erhitzen. Die Gänsebrustfilets aus der Pökellake nehmen und trocken tupfen. Die noch feuchten, eingeweichten Holzchips über die glühende Holzkohle streuen, den convEGGtor einsetzen und den Rost ins EGG legen. Nun die Gänsebrustfilets auf den Rost legen, den Messfühler des Funkthermometers in die Mitte des Fleisches stecken und den Deckel des EGGs schließen. Die Temperatur sinkt durch das Einsetzen des convEGGtors bis auf ungefähr 80°C. Das Zuluft- und/oder Abluftventil weitgehend schließen, um die Temperatur von rund 80°C beizubehalten. Das Thermometer auf eine Kerntemperatur von 62°C einstellen und die Filets räuchern, bis diese Temperatur erreicht ist.



Währenddessen das Laub von den Sommermöhren abschneiden. Die Möhren schälen und der Länge nach halbieren. Die Brunnenkresse waschen. Die Stiele entfernen und die schönsten Blättchen (etwa zwei Drittel) für den Salat beiseite legen. Die restlichen Blättchen fein schneiden, mit 1 Esslöffel Olivenöl sowie mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit dem Joghurt vermischen. Die Gänsebrustfilets vom Rost nehmen und abkühlen lassen. Die Zutaten getrennt voneinander abgedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

#### Gegrillte Gänsebrust

Rost und convEGGtor mit dem Grillhandschuh aus dem EGG herausnehmen und den Gusseisenrost mit dem Rostheber ins EGG einsetzen. Den Deckel schließen und das EGG auf 180°C erhitzen.

Die Gänsekeulen von beiden Seiten grillen und jede Keule einzeln in Alufolie einwickeln. Den Gusseisenrost mit dem Rostheber aus dem EGG herausnehmen. Den convEGGtor und den Rost wieder in das EGG einsetzen. Nun die in Alufolie verpackten Gänsekeulen auf den Rost legen. Den Deckel schließen. Die Temperatur sinkt durch das Einsetzen des convEGGtors bis auf ungefähr 130°C. Das Zuluft- und/oder Abluftventil weitgehend schließen, um die Temperatur von rund 130°C im EGG beizubehalten. Die Keulen ca. 2,5 Stunden garen, bis das Fleisch sich fast vom Knochen löst.

Inzwischen die acht dicksten Stängel vom Staudensellerie abbrechen. Hiervon entfernen Sie die Fäden, indem Sie sie abziehen oder die Stängel schälen. Die Stängel beiseite legen und die Fäden aufbewahren. Die jungen, gesunden Blättchen von den mittleren Stängeln abzupfen und ebenfalls aufbewahren. Dann die jungen, mittleren Stängel in dünne Streifen schneiden und in Eiswasser legen. Die Schalotte und den Knoblauch schälen und klein schneiden. Das Sonnenblumenöl in einer großen Pfanne auf dem Herd erhitzen und die Schalotte, den Knoblauch, den Thymian und die Fäden des Staudensellerie darin anschwitzen. Mit 1 Liter Wasser ablöschen und 5 Gramm Salz hinzufügen, zum Kochen bringen und das Ganze bei kleiner Hitze 15 Minuten ziehen lassen. Die Kochflüssigkeit durch ein Sieb gießen, zurück in die Pfanne geben und erneut zum Kochen bringen. Die 8 dicken Stängel Staudensellerie hinzufügen und in ca. 3 Minuten gar kochen. Abgießen, das Kochwasser auffangen und zurück in die Pfanne gießen.

Die weißen Bohnen in einem Abtropfsieb unter Leitungswasser abspülen und in dem Kochwasser erhitzen. Die Bohnen aus der Pfanne nehmen und in der Küchenmaschine oder im Mixer zu einer glatten Crème pürieren; hierfür so viel Kochwasser wie nötig hinzufügen. Dann die Hälfte der Zitronenschale darüber reiben, die Zitrone halbieren und den Saft der einen Hälfte über der Crème auspressen. Mit Pfeffer abschmecken und die Crème gut durchrühren. Die Keulen mithilfe des Grillhandschuhs vom Rost nehmen und vorsichtig auspacken. Die Keulen wieder zurücklegen und noch 20-25 Minuten grillen.



Danach die Keulen aus dem EGG nehmen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch vom Knochen ablösen, bevor die Keulen vollständig abgekühlt sind; es lässt sich dadurch leichter ablösen. Alle Zutaten bis zur Zubereitung abgedeckt im Kühlschrank lagern.

#### Nektarinenkuchen

Für den Mürbeteig den Zucker, das Mehl, die Butter und das Ei mit einer Prise Salz in eine Rührschüssel füllen. Alles gut miteinander verkneten, sodass ein zusammenhängender Teig entsteht. Die Teigschüssel mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen.

Das Big Green Egg anzünden und noch immer zusammen mit dem convEGGtor und dem Rost auf 190°C erhitzen.

Eine Butterkuchenform mit Backpapier auskleiden oder einen großen Backring mit demselben Durchmesser auf ein Stück Backpapier legen (da die Füllung des Kuchens weich bleibt, lässt sich der Kuchen so leichter ablösen). Das Backpapier (und eventuell den Rand des Rings) einfetten und ein rundes Stück Backpapier ausschneiden, das etwas größer ist als die Form oder der Ring. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsplatte ca. 0,5 cm dick ausrollen. Den Teig in die Form oder den Ring füllen und den überhängenden Teig abschneiden. Den Teigboden mit dem Backpapier abdecken und mit Backbohnen füllen. Die Form (oder den Ring mit dem untersten Blatt Backpapier) auf den Rost stellen, den Deckel schließen und den Teigboden in ca. 25-30 Minuten goldbraun backen. Nun die Form (oder den Ring mit Backpapier) mit dem Teigboden aus dem EGG nehmen und die Backbohnen und das Backpapier entfernen. Abkühlen lassen und lose mit Folie abgedeckt aufbewahren. Das Feuer im Big Green Egg löschen oder gleich mit der Zubereitung fortfahren und das EGG so einrichten, wie es bei der Zubereitung des Salats angegeben wird.

#### Zubereitung

##### Salat

Die Zutaten für den Salat aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur kommen lassen. Rost und convEGGtor mit dem Grillhandschuh aus dem EGG nehmen und den Gusseisenrost mithilfe des Rosthebers einsetzen. Den Deckel schließen und das EGG auf 170°C erhitzen.

Die halbierten Sommermöhren mit dem restlichen Olivenöl beträufeln und mit Salz nach Geschmack bestreuen. Die Möhren ca. 10 Minuten von beiden Seiten grillen und vom Rost nehmen. Die Gänsebrustfilets in schöne dünne Scheiben schneiden. Diese zusammen mit den gegrillten Möhren und der Brunnenkresse auf die Teller legen und das Joghurt dressing über und um den Salat herum verteilen.

#### Gegrillte Gänsebrust

Das Big Green Egg auf 180°C erhitzen. Inzwischen die Streifen Staudensellerie abtropfen lassen und dessen junge Blätter fein schneiden. Den Apfel vierteln, das Kerngehäuse entfernen und zwei der vier Teile in längliche Stücke schneiden (den Rest können Sie gerne aufessen). Die zweite Zitronenhälfte auspressen. Das zerteilte Gänsefleisch mit den Staudenselleriestreifen, den fein geschnittenen Sellerieblättern und den Apfelstücken mischen und mit dem Zitronensaft und 2 Esslöffeln des Olivenöls beträufeln. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.



Die Gänsebrustfilets mit Pfeffer und Salz bestreuen und die Filets von beiden Seiten ca. 10 Minuten grillen, bis sie die gewünschte Rosé-Färbung erreicht haben. Dann die vorgekochten Stängel Staudensellerie kurz von beiden Seiten grillen. In einer Pfanne auf dem Herd die Crème aus weißen Bohnen erhitzen.

Die Gänsebrustfilets vom Rost nehmen und 2 Minuten ruhen lassen. Inzwischen die Liebstöckelblätter fein schneiden und mit dem restlichen Olivenöl vermischen. Die Gänsebrustfilets in schöne Scheiben schneiden und mit der Bohnencrème und dem gegrillten Staudensellerie über die Teller verteilen. Nun mit der Liebstöckel-Ölmischung beträufeln und dazu den Salat auf demselben oder einem zusätzlichen Teller servieren.

#### Nektarinenkuchen

Den Rahmkäse aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur kommen lassen. Den Gusseisenrost mit dem Rostheber aus dem EGG herausnehmen. Dann den convEGGtor und den Rost ins EGG einsetzen. Den Deckel schließen und das EGG auf 150°C erhitzen.

In der Zwischenzeit die Nektarinen waschen und halbieren, die Kerne entfernen und die Fruchthälften in Stücke schneiden. Den Rahmkäse mit der Schlagsahne, den Eidottern und dem Honig verrühren.



Die Nektarinenstücke über den Teigboden verteilen und die Rahmkäsemischung darüber gießen. Achten Sie darauf, dass die Mischung auch die Stellen zwischen den Nektarinstücken bedeckt. Die Backform (oder den Ring mit Backpapier) auf den Rost stellen, den Deckel des EGGs schließen und den Kuchen ca. 20 Minuten backen. Der Kuchen darf sich etwas dunkler färben, aber keinesfalls braun werden. Zum Schluss den Kuchen aus dem EGG nehmen, ein wenig abkühlen lassen und lauwarm servieren.

# Schnelle Mahlzeiten

Sie können das Big Green Egg nicht nur zum Kochen zeitaufwändiger Gerichte verwenden, sondern auch zur Zubereitung einfacher, schneller Mahlzeiten. Zünden Sie Ihr EGG an, treffen Sie in der Zwischenzeit die Vorbereitungen und innerhalb von 45 Minuten steht eine leckere, komplette Mahlzeit auf dem Tisch. Ideal für alle, die trotz eines anstrengenden Arbeitsalltags aufs Kochen nicht verzichten wollen!

## Basmati-Reis mit gebratenem Huhn und Gemüse

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Für 4 Personen

300 g Basmati-Reis  
500 g Hähnchenschenkelfilet  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 rote Paprika  
2 Sommermöhren  
4 Frühlingszwiebeln  
250 g Kirschtomaten  
½ Bund Schnittlauch  
1 Granny Smith-Apfel  
2 EL Olivenöl  
1 TL grüne Currypaste  
Geräuchertes Paprikapulver  
¼ EL Sushi-Essig

Benötigtes Zubehör:

Brat- und Paella-Pfanne

- Das Big Green Egg mit dem Rost auf 200°C erhitzen. Inzwischen den Basmati-Reis gemäß den Anweisungen auf der Packung kochen. Das Hähnchenschenkelfilet in Stücke schneiden, die Zwiebel und den Knoblauch schälen und schnippeln. Die Paprika halbieren, Stiel und Samenleisten entfernen und die Schote in Streifen schneiden. Die Möhren und Frühlingszwiebeln putzen und in grobe Stücke schneiden. Dann die Kirschtomaten halbieren und den Schnittlauch in der Mitte durchschneiden. Den Granny Smith-Apfel vierteln, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden.
- Brat- und Paella-Pfanne auf den Rost des EGGs stellen und das Olivenöl darin erhitzen. Hierin die Zwiebeln und den Knoblauch rösten. Die Hähnchenstücke dazugeben, rundum knusprig braun

braten und durchgaren. Zwischen den jeweiligen Handgriffen immer wieder den Deckel des EGGs schließen.

- Die Paprika, die Möhren, die Frühlingszwiebeln, die Kirschtomaten und den Schnittlauch beifügen und einige Minuten unter Rühren anbraten. Dann die Currypaste und das geräucherte Paprikapulver durch die Mischung rühren und abschmecken. Ein paar Minuten mitbraten lassen.
- Das Ganze mit Sushi-Essig ablöschen und die Apfelstücke und den Reis unterrühren.



**TIPP:** Wenn die Hähnchenstücke schön braun gebraten sind, eventuell 200 g rohe Garnelen hinzufügen und einige Minuten mitbrutzeln lassen, bevor Sie das Gemüse beifügen.



## Lammracks mit gegrilltem Spargel und Quinoasalat

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Für 4 Personen

2 Lammracks mit 8 Rippen  
2 Zweige Rosmarin  
8 Zweige Thymian  
2 Knoblauchzehen  
16 weiße Spargelstangen  
1 Limone

Für den Salat:

200 g roter Quinoa  
8 Möhren  
1 Knoblauchzehe  
1 EL Sushi-Essig  
2 EL Sojasauce  
100 g Sojabohnen

Benötigtes Zubehör:

Grillrost aus Gusseisen  
Halbe Grillplatte aus Gusseisen  
Funkthermometer mit zwei Fühlern

- Das Big Green Egg zusammen mit dem Gusseisenrost und der halben Grillplatte aus Gusseisen (mit der geriffelten Seite nach oben) auf 170°C erhitzen. Inzwischen für den Salat den Quinoa gemäß den Anweisungen auf der Packung kochen. Die Möhren schälen und in dünne Streifen schneiden. Für das Dressing den Knoblauch schälen, fein

hacken und mit dem Sushi-Essig und der Sojasauce vermischen.

- Die Rippen der Lammracks putzen (oder dies vom Metzger erledigen lassen). Die Nadeln vom Rosmarin und die Blättchen vom Thymian abzupfen und fein hacken. Den Knoblauch schälen, fein hacken und mit den Kräutern vermischen. Dann die Lammracks mit der Kräutermischung einreiben. Die Spargelstangen schälen, das unterste, harte Stück abschneiden und der Länge nach halbieren.
- Die Lammracks auf der Fleischseite auf den Gusseisenrost legen. Stecken Sie den Messfühler des Funkthermometers in die Mitte des Fleisches eines der Racks. Darauf achten, dass der Messfühler nicht den Knochen berührt. Nun den Deckel des EGGs schließen und die Kerntemperatur auf 48°C einstellen. Die Racks nach ca. 5 Minuten umdrehen und weitergaren lassen, bis die gewünschte Kerntemperatur erreicht ist. Die Racks vom Rost nehmen, in Alufolie verpacken und ruhen lassen.

- Inzwischen den Quinoa, die Möhrenstreifen und die Sojabohnen miteinander vermischen und mit dem Dressing beträufeln. Die Spargelstangen auf der halben Grillplatte aus Gusseisen verteilen und ca. 2,5 Minuten von beiden Seiten grillen. Den Spargel mit Pfeffer und Salz bestreuen und etwas Limonenschale nach Geschmack darüber reiben.
- Die Lammracks in schöne Koteletts schneiden und mit dem Salat und dem gegrillten Spargel servieren.



## Gegrillter Seeteufelschwanz und Tempeh mit Wok-Gemüse

Zubereitungszeit: 40 Minuten (exkl. marinieren)

Für 1 Person

75 g Tempeh  
2 EL Maisöl  
1 TL getrocknete Kräuter wie Estragon oder Basilikum  
1 Seeteufelschwanz à 200 g mit Haut  
1 rote Paprika  
6 Radieschen  
1 Kopf Baby-Paksoi  
150 g Zuckerschoten  
1 EL Olivenöl  
1 EL Sojasauce  
1 Limone (eventuell)  
Estragon-Basilikum-Öl

Benötigtes Zubehör:

Grillrost aus Gusseisen  
Halbe Grillplatte aus Gusseisen  
Grillhandschuh mit Aramidgewebe  
Grill Wok

- Den Tempeh in drei Scheiben schneiden. Das Maisöl mit den getrockneten Kräutern vermischen und den Tempeh damit bestreichen. Im Kühlschrank 1 Nacht marinieren lassen.
- Am nächsten Tag das Big Green Egg zusammen mit dem Gusseisenrost und der halben Grillplatte aus Gusseisen (mit der geriffelten Seite nach oben) auf 180°C erhitzen. In der Zwischenzeit Schuppen

und Haut des Seeteufelschwanzes entfernen. Die Paprika halbieren, Stiel und Samenleisten entfernen und die Schote in Streifen schneiden. Dann die Radieschen waschen, halbieren und den Paksoi in Streifen schneiden.

- Den Deckel schließen, den Seeteufelschwanz auf der halben Grillplatte aus Gusseisen von beiden Seiten ca. 10 Minuten und den Tempeh auf derselben Platte beidseitig ca. 5 Minuten grillen. Achten Sie darauf, dass der Seeteufelschwanz dabei nicht zu trocken wird. Sobald Eiweiß austritt, ist das Fischfleisch gar.

- Den Seeteufelschwanz und den Tempeh von der halben Grillplatte aus Gusseisen nehmen und die heiße Platte mithilfe der Grillhandschuhe herausziehen. Den Fisch und den Tempeh unter Alufolie warm halten. Dann den Grill Wok bei geschlossenem Deckel auf dem Rost des EGGs erhitzen.

- Die Paprika, die Radieschen, den Paksoi und die Zuckerschoten mit dem Olivenöl vermischen und in 10-12 Minuten im Grill Wok braten. Zwischendurch immer wieder den Deckel schließen. Währenddessen den Tempeh in Stücke schneiden.

- Das Gemüse mit der Sojasauce, Pfeffer und Salz abschmecken und eventuell noch Limonenschale nach Geschmack darüber reiben. Auf den Teller geben, den Tempeh hinzufügen und den Seeteufelschwanz darauflegen. Zum Schluss mit dem Estragon-Basilikum-Öl beträufeln und eventuell mit einer essbaren Blume aus dem eigenen Garten garnieren.

## Rib-Eye vom Kalb mit Nusspesto und Pappardelle-Nudeln

Zubereitungszeit: 45 Minuten (exkl. Vorbereitung des Kalbs-Rib-Eyes)

Für 4 Personen

6 Scheiben Parmaschinken  
½ Bund Basilikum  
500 g Rib-Eye vom Kalb  
200 g Pappardelle  
100 g Artischockenherzen (Dose)  
100 g Pfifferlinge  
1 Strunk Brokkoli  
1 EL Olivenöl

Für das Nusspesto:

2 geräucherte Knoblauchzehen  
75 g Nüsse, z. B. Hasel- und/oder Walnüsse  
100 ml Olivenöl

Benötigtes Zubehör:

Grillrost aus Gusseisen  
Halbe Grillplatte aus Gusseisen  
Funkthermometer mit zwei Fühlern  
Grillhandschuh mit Aramidgewebe  
Grill Wok

- Das Rib-Eye am Abend vorher zubereiten. Hierfür zuerst das Nusspesto anmachen: Den Knoblauch schälen und im Mixer zusammen mit den Nüssen und dem Olivenöl pürieren.
- Dann die Scheiben Parmaschinken wie Dachziegel auf einen großen Bogen Frischhaltefolie legen. Die Blättchen vom Basilikum abzupfen und über den Schinken verteilen. Darauf das Kalbs-Rib-Eye legen, mit Pfeffer und Salz bestreuen und mit dem Nusspesto bestreichen. Den Schinken um das Pesto schlagen und das Fleisch fest in die Folie einwickeln. Im Kühlschrank aufbewahren.

- Am nächsten Tag das Big Green Egg zusammen mit dem Gusseisenrost und der halben Grillplatte aus Gusseisen (mit der geriffelten Seite nach oben) auf 160°C erhitzen. Inzwischen die Pappardelle gemäß den Anweisungen auf der Packung kochen. Die Artischockenherzen in Stücke schneiden, die Pfifferlinge putzen und den Brokkoli in Röschen schneiden.



- Das Kalbs-Rib-Eye auf die halbe Grillplatte aus Gusseisen legen. Stecken Sie den Messfühler des Funkthermometers in die Mitte des Fleisches und schließen Sie den Deckel des EGGs. Nun die Kerntemperatur auf 46°C einstellen. Das Fleisch nach ca. 7 Minuten umdrehen und weitergaren lassen, bis die gewünschte Kerntemperatur erreicht ist.

- Das Fleisch von der halben Grillplatte aus Gusseisen nehmen, in Alufolie einwickeln und ruhen lassen. Die heiße Platte mit dem Grillhandschuh herausnehmen und den Grill Wok auf dem Rost des EGGs erhitzen. Das Gemüse mit dem Olivenöl beträufeln und in ca. 10 Minuten unter Rühren bissfest braten. Zwischendurch immer wieder den Deckel des EGGs schließen.

- Vermischen Sie die Pappardelle mit dem Gemüse und warten Sie, bis sich das Ganze ausreichend erwärmt hat, dann mit Pfeffer und Salz abschmecken. Schließlich das Kalbs-Rib-Eye in schöne Scheiben schneiden und mit den Pappardelle servieren.



# Inspiration Today

Machen Sie schon regelmäßig Gebrauch von unserer inspirierenden Rezeptdatenbank auf [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu)? Diese ist kürzlich komplett neu gestaltet worden. Dadurch ist es jetzt noch leichter für Sie, aus all den Rezepten, Rezept-Specials und Menüs das Gewünschte auszuwählen. Zudem können Sie hier frühere Ausgaben von Enjoy! lesen.

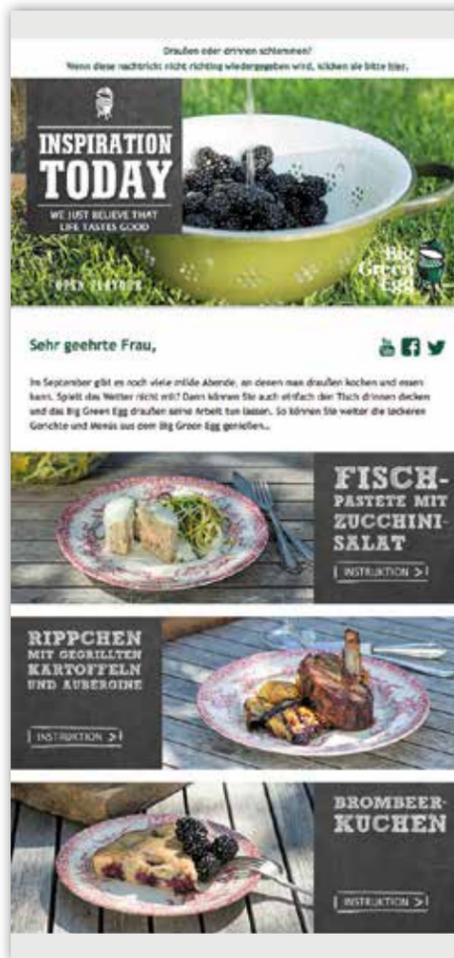
Diese Datenbank wird permanent erweitert, um Sie auch künftig zu jedem Zeitpunkt des Tages und des Jahres inspirieren zu können. Wenn Sie als Erster über die neuesten Rezepte informiert werden möchten, können Sie sich für unseren digitalen Newsletter Inspiration Today anmelden. Dann werden Ihnen regelmäßig und automatisch die neuesten Menüs und Rezepte zugesandt. Hierin werden alle Handlungen stets verständlich beschrieben und auf den wunderbaren Begleitfotos werden die diversen Schritte und das appetitliche Endergebnis anschaulich abgebildet. Die Rezepte sind köstlich und abwechslungsreich, aber niemals kompliziert. Sie brauchen wirklich kein Küchenchef zu sein, um sie zuzubereiten!

## Lecker gemeinsam genießen

Inspiration Today bietet jede Menge Anregungen, und es wird immer der jeweiligen Jahreszeit entsprechend gekocht. So enthält dieser inspirierende Newsletter einmal ein herrliches Drei-Gänge-Menü, während ein anderes Mal Zubereitungstechniken im Mittelpunkt stehen. Küchenchef

Coen van Dijk entwickelt und kocht die Menüs und zeigt Ihnen, wie Sie mit den richtigen Vorbereitungen mühelos eine Vor-, Haupt- und Nachspeise auf dem Big Green Egg zaubern. Denn mit einer guten Planung können auch Sie zusammen mit Ihrer Familie oder mit Freunden die leckersten Gerichte genießen. Big Green Egg-Experte Ralph de Kok macht es Ihnen leicht, weil er ausführlich auf die verschiedenen Zubereitungstechniken eingeht. Hierfür wählt er eine bestimmte Zutat oder ein Gericht als Ausgangsbasis. Ralph erteilt praktische Produktinformationen, erklärt die Techniken und führt drei verschiedene Zubereitungsarten vor. So lernen Sie nach und nach auf appetitliche Weise alle Kochtechniken kennen, die mit einem Big Green Egg möglich sind.

Würden Sie sich nicht auch freuen, in Ihrer Mailbox die neuesten Saisonmenüs und Rezept-Specials für das Big Green Egg vorzufinden? Dann melden Sie sich einfach unter [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu) für Inspiration Today an, damit Sie sich immer von Neuem von den leckersten Rezepten inspirieren lassen können.



## Nächstes Mal in Enjoy!



Hoffentlich haben Ihnen die Rezepte, Menüs und Hintergrundberichte auch in dieser Ausgabe von Enjoy! gefallen! Das nächste Heft bietet wieder eine Fülle von Anregungen, wobei der Herbst und der Winter und deren Saisonprodukte im Vordergrund stehen. Möchten Sie jetzt schon wissen, was Sie erwartet? Mit den folgenden Stichworten geben wir Ihnen schon mal einen kleinen Vorgeschmack.

### Menüs der Saison

Kosten Sie den Herbst & den Winter

*Die Heimat des Chefkochs*  
Auf Entdeckungsreise in Berlin mit Micha Schäfer

### Vegetarisch

Noch leckerer vom Big Green Egg!

*Portugal*  
Traditionelle Gerichte von der Algarve

*Feines Gebäck*  
Süße Leckereien Teil II

## Was wollen Sie entdecken?

Jede Ausgabe von Enjoy! gleicht einer Entdeckungsreise. Einer Reise, bei der Sie die köstlichsten Rezepte, die wertvollsten Zutaten und die interessantesten Länder kennen lernen und bei der wir nach, oftmals versteckten, regionalen Produkten und traditionellen Gerichten suchen. Profiköche und Foodies (Feinschmecker) teilen hier ihre kulinarischen Erlebnisse und Rezepte mit Ihnen. Denn sie sind stolz auf ihr Fach, sowie auf ihre Traditionen und Spezialitäten und wollen Ihnen ebenfalls zu mehr Genuss verhelfen, indem sie ihre Kenntnisse und Zubereitungsarten auf dem Big Green Egg an Sie weitergeben. Weil wir Sie mithilfe von Enjoy!, aber auch durch den Newsletter Inspiration Today inspirieren wollen, möchten wir Ihnen natürlich das anbieten, was Sie wirklich interessiert. Haben Sie beispielsweise ein Lieblingsrezept und möchten nun wissen, wie Sie es auf dem Big Green Egg zubereiten können? Wünschen Sie sich mehr Aufmerksamkeit für eine bestimmte Kochtechnik oder denken Sie mit Wehmut an die traditionellen Gerichte einer bestimmten Region? Schreiben Sie uns einfach unter [enjoy@biggreenegg.eu](mailto:enjoy@biggreenegg.eu), damit wir für Sie auf Entdeckungsreise gehen können.

## Big Green Egg's Flavour Fair Kosten bei Kochkünstlern

Vor zehn Jahren wurde von Big Green Egg Europe die Flavour Fair aus der Taufe gehoben, eine gastronomische Messe, die noch heute alljährlich am dritten Sonntag im Juni in den Niederlanden stattfindet. Ein erfolgreiches Konzept, bei dem neben dem Big Green Egg der gemeinsame Genuss und meisterliche Verkostungen im Mittelpunkt stehen.



Das erfolgreiche Konzept der Flavour Fair von Big Green Egg ist inzwischen von vielen anderen Ländern übernommen worden. Big Green Egg's Flavour Fairs finden die Genießer unter Ihnen dieses Jahr in Belgien, Zypern, Estland, der Schweiz, Litauen, Tschechien, Österreich, Bulgarien, Ungarn, Slowenien und in der Slowakei. Auf einer solchen Flavour Fair dreht sich natürlich alles um den Geschmack. Um den Geschmack von naturreinen Produkten und um die begehrte Geschmacksnote von Gerichten, die auf dem Big Green Egg zubereitet wurden. Dieser Geschmack wird von den vielen Profiköchen kreiert, die während der Flavour Fair auf den Big Green Eggs kochen, um die Gäste zu inspirieren und sie die Ergebnisse ihrer Kochkünste

kosten zu lassen. Sie sind allesamt Küchenchefs und Experten aus der Gastronomie und der Lebensmittelbranche, die - oft sogar täglich - auf Big Green Eggs kochen. An diesem Tag werden sie ihre Leidenschaft und ihr fachliches Können mit allen Gästen teilen.

### Verkostungen im Mittelpunkt

Bei jeder Flavour Fair von Big Green Egg geht es in erster Linie um das Kosten der Speisen, sowie um nachhaltig erzeugte Produkte und um die Kunst des Kochens. Zum Beispiel um Verkostungen der köstlichen kleinen Gerichte, die die Teilnehmer servieren, zubereitet auf der Basis der besten Qualitätsprodukte. Das Angebot an Gerichten ist



stets sehr umfangreich und umfasst sowohl Fleisch, als auch Fisch und Gemüse, aber auch die Liebhaber von Kuchen und Teigwaren kommen voll auf ihre Kosten. Ideal, wenn Sie mehr über die Zubereitung von Fleisch oder Gerichten lernen wollen, bei denen Fisch oder Gemüse die Hauptrolle spielen. Durch den persönlichen Kontakt mit den Profis gibt es viele Gelegenheiten für Gespräche; beispielsweise können die Gäste den Koch während der Verkostung auch gleich mit Fragen über Zutaten, Gerichte und Techniken überschütten. Für die Kinder sind spezielle Spiele und Aktivitäten vorgesehen, sodass auch sie sich auf der Flavour Fair von Big Green Egg bestimmt nicht langweilen werden.

Möchten Sie wissen, ob Sie eine der Flavour Fairs von Big Green Egg besuchen können? Nähere Informationen über Termine und die genaue Ausgestaltung der Messe in den verschiedenen Ländern lesen Sie unter [www.biggreenegg.eu](http://www.biggreenegg.eu).



Die nächste Ausgabe von Enjoy! ist ab Mitte Oktober 2016 bei Ihrem Big Green Egg Händler erhältlich.

**WE ARE BIG GREEN EGG.  
CALL US FOODIES,  
FOOD FREAKS OR CULINARY HEDONISTS.  
WE JUST BELIEVE  
THAT LIFE TASTES GOOD,  
THAT OUR SENSES ARE A GIFT  
TO ENJOY LIFE TO THE FULLEST.**

**WWW.BIGGREENEGG.EU**

**OPEN FLAVOUR™**

