



Naturafarm-Fleisch

Wie man es bettet, so schmeckt es



Nur Pfeffer, Salz und ein Olivenöl mit Knoblauch und Rosmarin? Eine Marinade für Fleisch könnte auch etwas fulminanter ausfallen, asiatisch zum Beispiel!

TEXT: BETTINA ULLMANN
FOTO: FERDINANDO GODENZI
STYLING: MARIANNE ETTLIN

Mit Schweinefleisch auf dem Grill liegt man immer richtig. Es ist geduldig und verträgt «gut durch», auch die besten Stücke dürfen

noch mit Fett durchzogen sein, denn so ist es besonders saftig. Stellt sich nur noch die Frage nach der richtigen Würze! Diese haben wir gleich an «unsere drei Grillmeister» Steven Schneider, Sandro Mahler und Daniel Fazan (Coopzeitung Nr. 17, 2012) weitergereicht.



Steven Schneider mag es einfach: «Meine Marinade ist sehr puristisch und besteht aus Knoblauch, Olivenöl, Rosmarin.» Das Fleisch marinieren er einige Stunden vor dem Grillieren und lagert es im Kühlschrank. Schliesslich sei er ja mütterlicherseits auch Italiener. «Und Italiener kochen nun mal mit Salz und Pfeffer, Olivenöl, Rosmarin und Knoblauch. Ich glaube, meine italienischen Tanten wissen gar nicht, dass es andere Gewürze gibt», behauptet er.

Sandro Mahler gibt sich ähnlich «italienisch», manchmal verwende er gar nur «Streu mi» ... Bestimmt mundet auch

dies, gepaart mit dem würzigen Aroma des Rauches, unvergleichlich gut. Immerhin schwört selbst die beste Fachliteratur schlicht auf Pfeffer und Salz, vor allem für Situationen, die sich spontan zu einem grösseren Grillieranlass mausern.

Daniel Fazan schliesslich liebt seine Marinade asiatisch. Er rettet mit seinem kreativen Input und einem grösseren Spektrum asiatischer Zutaten (siehe Box) auch gleich die kreative Ehre aller grillierenden Männer dieser Berufssparte. Grundsätzlich passt zu «Schwinigem» vieles: Chili, Kümmel, Paprika, Majoran, Thymian,

Knoblauch, Senf. Oder wie wäre es mit Fenchel, Wacholder, Zimt, Salbei in der Marinade? Vielleicht darf es auch mal süss-scharf sein? Es wird empfohlen, das Fleisch nach Möglichkeit eine Nacht im Voraus im Kühlschrank zu marinieren. Wenn Sie viele Kräuter und Gewürze in Ihrer Marinade haben, sollten Sie entweder das Fleisch nur kurz grillieren oder diese nach der Marinierzeit wieder entfernen, damit sie nicht verkohlen.

Weitere Marinade-Inspirationen unter:

link
www.coopzeitung.ch/marinade

Schweinefleisch von Naturafarm lässt sich auf vielfältige Art marinieren.



Steven Schneider

«Meine Marinade ist sehr puristisch und besteht aus Knoblauch, Olivenöl, Rosmarin. Das Fleisch bestreiche ich einige Stunden vor dem Grillen mit dieser Marinade und lagere es im Kühlschrank. Eine andere Marinade brauche ich nicht.»

Sandro Mahler

«Für grilliertes Schweinefleisch verwende ich entweder nur «Streu mi» oder ich bereite eine Marinade aus Olivenöl, Rosmarin, Senf, Salz, Pfeffer und eventuell noch weiteren Gewürzen zu. Damit marinieren ich das Fleisch eine Stunde, bevor ich es auf den Grill lege.»



Daniel Fazan

«Ich favorisiere eine asiatische Grillmarinade: 3 Esslöffel von einer hellen und einer dunklen Sojasauce, etwas Sesamöl, 3 cm einer Ingwerwurzel und 3 cm einer Galanga (Thai-Ingwer aus dem Asiashop) à la Brunoise geschnitten, Saft von 3 Limetten, 1 Esslöffel Puderzucker, etwas Nelkenpfeffer, rosa Pfeffer frisch gemahlen und 1 Messerspitze einer chinesischen Gewürzmischung nach Geschmack. Ich marinieren das Fleisch eine Nacht vorher.»

