



STEAK, STEAK, STEAK

Edition 2026

Steak Tasting – 4 Grillmethoden

Butterfisch mit Couscous-Zucchini

Dry Aged Steak mit Parmesan-Kartoffeln & Knoblauch-Dip

T-Bone Steak mit gefüllten Bacon-Pimientos

Duroc-Krone mit Rispentomaten & Basilikum-Pesto

Gegrillte Eisbombe



REZEPTE

Steak Tasting – 4 Grillmethoden

Steak Tasting

Zutaten für 4 Personen:

Grillart: direkt/indirekt

4 hochwertige Rindersteaks
(z.B. Ribeye, Beiried oder Rumpsteak)
grobes Salz
Pfeffer
etwas neutrales Öl

Steaks vor dem Grillen leicht einölen.

Caveman Style

Steak direkt in die heiße Glut legen und etwa 1,5–2 Minuten pro Seite grillen.

Nur wenden, wenn sich das Steak von selbst löst. Danach ruhen lassen.

Gasgrill – Rost

Steaks bei voller direkter Hitze etwa 2–3 Minuten pro Seite angrillen. Anschließend in den indirekten Bereich legen und auf etwa 54 °C ziehen.

Sizzle Zone

Steaks 20–30 Sekunden pro Seite extrem scharf angrillen. Danach indirekt fertig garen.

Keramikgrill – Reverse Sear

Steaks zuerst indirekt bei etwa 120 °C auf 48–50 °C Kerntemperatur ziehen. Anschließend direkt scharf angrillen.

Zielkerntemperatur für Medium: 57 °C.



REZEPTE

Butterfisch mit Couscous-Zucchini

Butterfisch

Zutaten für 4 Personen:

Grillart: direkt

4 Butterfischsteaks (150–180 g)
2 EL Olivenöl
Saft und Abrieb einer Zitrone
Salz
Pfeffer
1 TL Honig

Couscous-Zucchini

2 große Zucchini
150 g Couscous
200 ml Gemüsebrühe
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Tomatenmark
Petersilie oder Minze
2 EL Olivenöl

Couscous in eine Schüssel geben und mit heißer Gemüsebrühe übergießen.

Etwa fünf Minuten quellen lassen.

Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl glasig anbraten. Tomatenmark hinzufügen und kurz rösten. Alles unter den Couscous mischen und mit Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken.

Zucchini halbieren und mit einem Löffel aushöhlen. Mit Olivenöl einreiben und leicht salzen. Couscous einfüllen.

Die Zucchini zunächst etwa 10–12 Minuten indirekt grillen und anschließend kurz direkt angrillen.

Butterfisch mit Olivenöl, Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer würzen und je Seite etwa 2–3 Minuten grillen.



REZEPTE

Dry Aged Steak mit Parmesan-Kartoffeln & Knoblauch-Dip

Dry Aged Steak

Zutaten für 4 Personen:

Grillart: direkt / indirekt

4 Dry Aged Kalbin-Steaks

Salz

Pfeffer

etwas neutrales Öl

Parmesan-Kartoffeln

800–1000 g kleine Kartoffeln

3 EL Olivenöl

80–100 g Parmesan

1 TL Knoblauchgranulat

Salz

Pfeffer

Knoblauch-Dip

200 g Sauerrahm oder griechisches

Joghurt

1–2 Knoblauchzehen

1 TL Zitronensaft

1 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer

Kartoffeln halbieren und mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Knoblauch vermengen.

Bei etwa 180–200 °C indirekt 25–30 Minuten grillen, bis sie weich sind.

Steaks leicht einölen und bei hoher direkter Hitze etwa 2–3 Minuten pro Seite angrillen. Danach indirekt auf Kerntemperatur ziehen.

Kerntemperatur:

Medium Rare 52–54 °C

Medium 57 °C

Die fertigen Kartoffeln mit Parmesan vermengen.

Für den Dip Sauerrahm, Knoblauch, Zitronensaft und Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



REZEPTE

T-Bone Steak mit gefüllten Bacon-Pimientos

T-Bone Steaks

Zutaten für 4 Personen:

Grillart: direkt / indirekt

4 T-Bone Steaks (600–800 g)

Öl

Salz

Pfeffer

Bacon-Pimientos

20–24 Pimientos

200 g Frischkäse

100 g Cheddar (gerieben)

1 TL Paprikapulver oder Chili

Salz

Pfeffer

20–24 Scheiben Speck

Frischkäse und Cheddar in einer Schüssel vermengen und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Pimientos am Stielansatz einschneiden und mit der Käsemasse füllen. Anschließend mit einer Scheibe Speck umwickeln.

Auf einer Plancha oder Grillpfanne bei mittlerer Hitze rundum etwa 6–8 Minuten grillen, bis der Speck knusprig ist.

T-Bone Steaks auf hoher direkter Hitze etwa 2–3 Minuten pro Seite angrillen. Anschließend indirekt auf gewünschte Kerntemperatur ziehen.



REZEPTE

Duroc-Krone mit Rispentomaten & Basilikum-Pesto

Duroc-Krone

Zutaten für 4 Personen:

Grillart: direkt / indirekt

4 Duroc-Koteletts am Doppelknochen
2 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer

Rispentomaten

16–20 Rispentomaten
1 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer

Basilikum-Pesto

1 Bund Basilikum
½ Bund Petersilie
50 g Parmesan
30 g Pinienkerne
1 Knoblauchzehe
100 ml Olivenöl
Salz
Zitronensaft

Basilikum, Petersilie, Parmesan, Pinienkerne und Knoblauch in einen Mixer geben. Olivenöl hinzufügen und zu einem Pesto mixen. Mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Duroc-Koteletts bei hoher direkter Hitze etwa 2–3 Minuten pro Seite angrillen. Anschließend indirekt auf eine Kerntemperatur von etwa 60–62 °C ziehen.

Rispentomaten mit Olivenöl bepinseln und etwa 5–8 Minuten indirekt grillen, bis sie weich werden.

Mit Pesto und knusprigem Brot servieren.



REZEPTE

Gegrillte Eisbombe

Gegrillte Eisbombe

Zutaten für 4 Personen:

Grillart: indirekt

Zubehör: Pizzastein, Bräter

Biskuitböden

1 Liter Eis nach Wahl

Früchte nach Wahl

Konditor-Eischnee

400 ml Eiweiß

200 g Zucker

1 Prise Salz

optional: Zitronensaft oder Vanille

Bräter oder Auflaufform mit Biskuitböden auslegen, sodass Boden und Seiten bedeckt sind.

Eis leicht antauen lassen und in die Form geben. Früchte darüber verteilen.

Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und den Zucker langsam einrieseln lassen, bis eine feste, glänzende Baisermasse entsteht.

Die gesamte Eisfüllung dick mit dem Eischnee bedecken und vollständig versiegeln.

Grill indirekt vorbereiten und einen Pizzastein auf etwa 300 °C vorheizen. Den Bräter auf den Stein stellen und nur so lange grillen, bis der Eischnee goldbraun wird.

Sofort servieren.