



PULSE

Grillführer

Rindfleisch

Garstufe	Temperatur
Rare	49 °C bis 52 °C
Medium rare	52 °C bis 58 °C
Medium	58 °C bis 63 °C
Medium well	63 °C bis 68 °C
Well done	> 68 °C

Lamm

Garstufe	Temperatur
Rare	49 °C bis 52 °C
Medium rare	52 °C bis 58 °C
Medium	58 °C bis 63 °C
Medium well	63 °C bis 68 °C
Well done	> 68 °C

Schwein

Garstufe	Temperatur
Medium	63 °C
Well done	70 °C

Geflügel

Garstufe	Temperatur
Durch	75 °C

Fisch

Garstufe	Temperatur
Durch, Filet	65 °C
Durch, im Ganzen	60 °C bis 65 °C



Verwenden Sie die iGrill-Temperaturfühler, um sicherzugehen, dass Ihre Speisen die angegebenen sicheren Lebensmitteltemperaturen erreichen.

Braten von der Hochrippe mit Pfefferkruste

mit Drei-Kräuter-Haselnuss-Pesto von Jamie Purviance

Zutaten

- 2 EL grob zerstoßene Pfefferkörner
- 1 EL grobes Meersalz
- 1 Hochrippe am Stück mit drei Knochen, ca. 3,5 kg
- 1 EL Rapsöl

Für das Pesto

- 1 große Handvoll frische Korianderblätter
- 1 große Handvoll frische glatte Petersilienblätter
- 3 EL frischer Oregano
- 3 EL Haselnüsse, geröstet und gehäutet
- 3 EL trockener Sherry-Essig
- 5 mittlere Knoblauchzehen, grob gehackt
- ½ TL zerstoßene Chilliflocken
- 180 ml natives Olivenöl extra
- Grobes Meersalz
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

- In einer kleinen Schüssel zerstoßene Pfefferkörner und Salz mischen. Den Braten auf allen Seiten mit Rapsöl bestreichen und gleichmäßig mit der Pfeffermischung würzen. Vor dem Grillen 1 Stunde lang bei Zimmertemperatur ziehen lassen.
- In der Küchenmaschine oder einem Mixer die Zutaten für das Pesto grob zerkleinern, Öl noch nicht hinzugeben. Bei laufendem Gerät langsam das Öl hinzufügen, bis ein sämiges Pesto entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In eine Servierschale geben, abdecken und bei Zimmertemperatur stehen lassen; derweil den Braten zubereiten.
- Den Grill für direkte, mittlere bis niedrige Hitze vorbereiten.
- Den Grillrost mit der Bürste reinigen. Den Braten mit der Knochen- und Knochenseite nach unten über direkter, mittlerer bis niedriger Hitze bei geschlossenem Deckel ca. 2,5 Stunden grillen, bis die Kerntemperatur 52 bis 58 °C für Medium rare erreicht.
- Fleisch vom Rost nehmen und etwa 20 Minuten ruhen lassen. Den Braten in dicke Scheiben schneiden und warm mit dem Pesto servieren.

Lachsfilets

mit Wildpilzen und Zitronen-Thymian-Butter

Für die Butter

- 115 g ungesalzene Butter, Zimmertemperatur
- 4 TL fein gehackter frischer Thymian
- 1 TL fein geriebene Zitronenschale
- 2 TL frisch gepresster Zitronensaft
- ½ TL Salz
- ¼ TL gemahlener schwarzer Pfeffer

Zutaten

- 4 Lachsfilets mit Haut, jeweils 170–200 g und 2,5 cm dick
- 340 g gemischte, mittelgroße frische Wildpilze (z. B. ganze Austernpilze, ganze Pfifferlinge, ganze Shiitake und in dicke Scheiben geschnittene braune Champignons); geputzt und auf einheitliche Größe zurechtgeschnitten
- 3 EL natives Olivenöl extra, insgesamt
- ¾ TL fein geriebene Zitronenschale
- 1½ TL Salz, insgesamt
- ¾ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, insgesamt
- 220 g in dünne Scheiben geschnittene Schalotten
- 1 Zitrone, längs geviertelt

Zubereitung

- In einer kleinen Schüssel alle Zutaten mit einer Gabel vermengen, um die Zitronen-Thymian-Butter herzustellen. Bei Zimmertemperatur beiseite stellen.
- Den Grill für direkte große Hitze vorbereiten.
- Lachsfilets mit der Hautseite nach unten auf ein Backblech legen. Pilze in eine große Schüssel geben. Den Fisch von beiden Seiten mit 1 EL Olivenöl bepinseln, dann gleichmäßig mit der Zitronenschale, 1 TL Salz und ½ TL Pfeffer bestreuen. Die übrigen 2 EL Olivenöl zu den Pilzen geben, mit ½ TL Salz und ¼ TL Pfeffer würzen. Zum Vermengen schütteln.
- Den Grillrost mit der Bürste reinigen.
- Den Lachs zunächst über direkter großer Hitze bei so weit wie möglich geschlossenem Deckel grillen, bis der Fisch in der Mitte nicht mehr glasig ist. Lachs vom Rost nehmen und zum Warmhalten mit Alufolie bedecken. Zur Seite stellen. Als Nächstes die Pilze bei direkter mittlerer Hitze grillen. Die Pilze brauchen etwa 5 bis 6 Minuten und der Fisch etwa 7 bis 9 Minuten.
- Während die Pilze grillen, 2 EL Thymian-Zitronen-Butter in einer großen Pfanne auf dem Herd erhitzen. Die Schalotten hinzugeben und 3 bis 5 Minuten dünsten, bis sie etwas weich sind. Die gegrillten Pilze und 2 EL Zitronen-Thymian-Butter hinzugeben und ca. 2 Minuten sanft schwenken, bis alles vermengt und durcherwärmt ist. Vom Herd nehmen.
- Lachsfilets auf vier Teller verteilen. Die restliche Zitronen-Thymian-Butter als Topping auf die Filets geben (zu gleichen Teilen, etwa 1 EL pro Portion). Die gemischten Pilze daneben anrichten. Mit Zitronenspalten servieren; Saft nach Belieben über Fisch und Pilzen ausdrücken.

Flankensteak in Thai-Marinade

mit Sambal Oelek

Für die Marinade

- 3 EL frischer Limettensaft
- 2 EL Fischsauce
- 2 EL Pflanzenöl
- 1 EL Kristallzucker
- 1 EL Sambal Oelek
- 1 EL rote Currypaste
- 1 EL geriebener frischer Ingwer
- 1 EL gehackter Knoblauch
- 1 Flankensteak, 700–900 g und ca. 2 cm dick

Für die Sauce

- 60 ml frischer Limettensaft
- 2 EL Sambal Oelek
- 2 EL fein gehackte frische Korianderblätter
- 2 TL Kristallzucker
- 2 Teelöffel Fischsauce
- 2 Teelöffel Wasser

Zubereitung

- In einer Schüssel die Zutaten für die Marinade mit dem Schneebesen verrühren. Das Steak in eine 20 x 30 cm große Glasform geben und die Marinade hinzugeben. Wenden, um beide Seiten zu marinieren. Mit Frischhaltefolie abdecken und 4 bis 24 Stunden kühl stellen. Steak herausnehmen und überschüssige Marinade über der Form abtropfen lassen. Marinade wegschütten. Das Steak vor dem Grillen für 15 bis 30 Minuten bei Zimmertemperatur stehen lassen.
- Den Grill für direkte große Hitze vorbereiten (290 °C).
- In einer kleinen Schüssel die Zutaten für die Sauce mit dem Schneebesen verrühren.
- Den Grillrost mit der Bürste reinigen. Das Steak über direkter großer Hitze bei so weit wie möglich geschlossenem Deckel grillen, bis die gewünschte Garstufe erreicht ist (10 bis 12 Minuten für Medium rare), dabei einmal wenden. Vom Rost nehmen und 3 bis 5 Minuten ruhen lassen.
- Das Steak quer zur Maserung in dünne Scheiben schneiden. Warm mit der Sauce servieren.