



# GUT GRILLEN



Geschmack & Technologie

# RIND UND LAMM GUT GRILLEN

## ★ DAS SOLLTEN SIE WISSEN ★

1

**Fleisch vor dem Grillen ca. eine halbe Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.**

Ein Steak sollte immer auf Zimmertemperatur erwärmt sein, bevor es auf den Grill kommt. Ist es beim Grillen zu kühl, benötigt es länger, um im Innern auf die optimale Temperatur zu kommen. Somit ist die Gefahr viel größer, dass es außen zu trocken wird.

2

**Fleisch spätestens eine halbe Stunde vor dem Grillen würzen oder marinieren.**

Marinieren oder würzen Sie das Steak mit einer AVO-Marinade oder AVO-Trockenwürzung mit Liq-würz Gourmet Marina frühzeitig. Im besten Falle 12 bis 24 Stunden bevor Sie das Fleisch auf den Grill legen, denn so dringt die Würzung optimal ins Fleisch ein und macht die Struktur zarter. Sobald nun das Steak den heißen Rost berührt, verbinden sich Zucker und Proteine aus der Flüssigkeit mit dem Salz und den weiteren Gewürzen und Kräutern. Eine geschmacksintensive Kruste entsteht.

3

**Steaks mit direkter und sehr starker Hitze solange grillen bis sie richtig dunkel sind.**

Da das Stück Fleisch keine Haut hat, hat es auch keine Poren, die sich möglicherweise schließen können – das ist ein Ammenmärchen! Allerdings bringt scharfes Anbraten die Aromen an der Oberfläche zur Entfaltung. Sie sollten nur vermeiden, dass das Fleisch in Berührung mit Flammen kommt. Ist es schön dunkel gebräunt, kann es bei schwächerer indirekter Hitze weiter garen, wenn dies aufgrund der Dicke notwendig sein sollte.

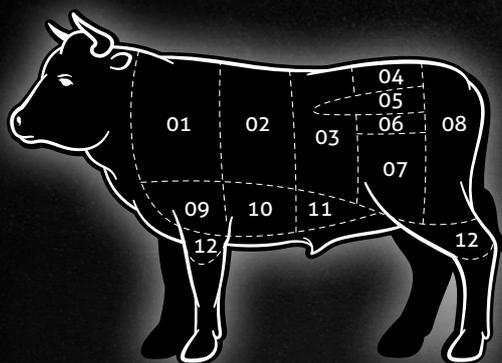
4

**Behalten Sie Ihr Steak unter allen Umständen immer im Auge und reagieren Sie schnell.**

Das Zeitfenster, in dem ein Steak von „medium rare“ zu „well done“ gart, beträgt im Durchschnitt vier Minuten. Am wichtigsten für den perfekten Garpunkt ist es daher, das Steak rechtzeitig vom Grill zu nehmen. In der Ruhezeit gart es auch nach dem Grillen noch weiter, und die Kerntemperatur erhöht sich sogar noch leicht. Reicht der Gargrad dann noch nicht aus, kann man es problemlos weitergrillen – allerdings ist es unmöglich, ein zu trockenes Steak wieder saftig zu machen!



# ★ AMERICAN BEEF CUTS ★



In den USA werden Rinder ganz anders zerlegt als bei uns in Deutschland oder auch in anderen Ländern, wie z.B. Großbritannien.

Die Bezeichnungen der Teilstücke lassen sich teilweise so ohne weiteres gar nicht ins Deutsche übersetzen. Aus diesen Teilstücken werden die in den USA, aber auch zunehmend hier gefragten, Kurzbratstücke – also Steaks jeder Art – zugeschnitten.

## US-Teilstücke des Rindes:

- |                             |                          |                        |
|-----------------------------|--------------------------|------------------------|
| 01 _ Chuck / Nacken         | 06 _ Top Sirloin / Kugel | 10 _ Plate / Querrippe |
| 02 _ Prime Rib / Rippe      | 07 _ Bottom Sirloin /    | 11 _ Flank / Flanke    |
| 03 _ Short Loin / Roastbeef | Ober-, Unterschale       | 12 _ Shank / Bein      |
| 04 _ Sirloin / Rumpsteak    | 08 _ Round / Hüfte       |                        |
| 05 _ Tenderloin / Filet     | 09 _ Brisket / Brust     |                        |

## Beliebte Zuschnitte aus den Teilstücken:



## AVO BBQ-Club Würztipp:



### PORTERHOUSE STEAK

geschnitten aus: Short Loin / Roastbeef

Relativ zartes Steak mit großem Filetanteil, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Steakhouse Pfeffer Mix Rio Art. 869401



### T BONE STEAK

geschnitten aus: Short Loin / Roastbeef

Relativ zartes Steak mit kleinem Filetanteil, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Bonanza Grillgewürzsalz free Art. 483900



### BONE IN STRIP STEAK

geschnitten aus: Short Loin / Roastbeef

Roastbeef mit Knochen ohne Filet, relativ zart, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Mirakel Red Fire Roast free Art. 484100



### PRIME RIB

geschnitten aus: Short Loin / Roastbeef

Cowboy Steak: Relativ zartes Steak vom vorderen Roastbeef mit Knochen, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen.



Lafiness Trüffel Art. 820150



### BACK RIBS

geschnitten aus: Rib / Rippe

Rippenbraten; eher zäheres Teilstück, optimal geeignet für indirektes Grillen oder zum Schmoren.



Lafiness Rodizio Art. 876750

Die angegebenen Zeiten beziehen sich auf den Gargrad „medium“. Die Angaben sind nur Richtwerte und hängen stark von den Gegebenheiten, z.B. der tatsächlichen Hitze, ab!

# ★ GRILLZEITEN ★

Größere Teilstücke und dickere Steaks sollen nach dem Grillen 5-10 Minuten ruhen.

Teilstück	Dicke / Gewicht	Zeit
Steaks, wie z.B. Porterhouse, T-Bone, Bone In Strip, Tenderloin, Sirloin, Rib Eye, Huftsteak	2 cm	6-8 Minuten (direkte starke Hitze)
	2,5 cm	7-10 Minuten (6-8 Minuten direkte starke Hitze, 3-4 Minuten indirekte starke Hitze)
	3 cm	10-12 Minuten (8 Minuten direkte starke Hitze, 4-6 Minuten indirekte starke Hitze)
	3,5 cm	12-16 Minuten (8-10 Minuten direkte starke Hitze, 6-8 Minuten indirekte starke Hitze)
	5 cm	16-20 Minuten (8-10 Minuten direkte starke Hitze, 10-12 Minuten indirekte starke Hitze)
Flank-Steak	0,7-1 kg / 2 cm	10-12 Minuten (direkte starke Hitze, vorher und nachher bei Raumtemperatur ruhen lassen)
Back Ribs	3,5 kg	3-3,5 Stunden (20-30 Minuten direkte mittlere Hitze, 2,5-3 Stunden indirekte niedrige Hitze)
Prime Rib	1,5 cm	7-10 Minuten (6-8 Minuten direkte starke Hitze, 3-5 Minuten indirekte starke Hitze)
Brisket	1 kg	4-5 Stunden bei 110°C räuchern. In Alu-Folie bis zur Kerntemperatur von 90 °C 2-3 Stunden garen. Dann vom Grill nehmen und eine Stunde bei Zimmertemperatur ziehen lassen.



## Beliebte Zuschnitte aus den Teilstücken:



## AVO BBQ-Club Würztipp:



### TENDERLOIN ROAST

geschnitten aus: Tenderloin / Filet

Zartes Steak, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



Lafiness Premium 4 Pfeffer Art. 807850



### SIRLOIN STEAK

geschnitten aus: Sirloin / Rumpsteak

Festeres Teilstück, optimal geeignet für kurzes Grillen oder zum Braten.



Lafiness Chimichurri Art. 871850



### RIB EYE STEAK

geschnitten aus: Sirloin / Hohe Rippe

Relativ zartes Steak, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



LiQ-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Steakhouse Pfeffer Mix Rio Art. 869401



### HUFTSTEAK

geschnitten aus: Round / Hüfte

Zartes Steak aus der Rinderhüfte, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



LiQ-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Steakhouse Pfeffer Mix Rio Art. 869401



### FLANK STEAK

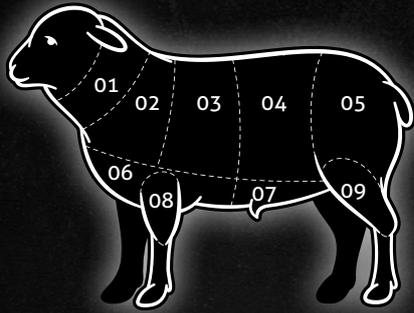
geschnitten aus: Flank / Flanke

Eher festeres Teilstück, optimal geeignet für direktes Grillen.



Lafiness Premium Roasted Jalapeno Art. 808050

## ★ LAMB CUTS ★



Lammfleisch sollte hellrot und feinfaserig sein, das Fett weiß und auf keinen Fall gelblich. Beim Grillen sollte man die Fettauflagen sorgfältig entfernen, um Flammenbildung zu vermeiden. Da Lämmer meist noch jünger sind als ein Jahr, wenn sie geschlachtet werden, sind nahezu alle Teile des Lamms zart genug zum Grillen.

### Teilstücke des Lamms

- |                          |                            |
|--------------------------|----------------------------|
| 01 _ Neck / Nacken       | 06 _ Breast / Brust        |
| 02 _ Shoulder / Schulter | 07 _ Flank / Bauch         |
| 03 _ Rib / Karree        | 08 _ Foreside / Vorderhand |
| 04 _ Shortloin / Rücken  | 09 _ Hindside / Hinterhand |
| 05 _ Leg / Keule         |                            |



Die angegebenen Zeiten beziehen sich auf den Gargrad „medium“. Die Angaben sind nur Richtwerte und hängen stark von den Gegebenheiten, z.B. der tatsächlichen Hitze, ab!

## ★ GRILLZEITEN ★

Größere Teilstücke und dickere Steaks sollen nach dem Grillen 5-10 Minuten ruhen.

Teilstück	Dicke / Gewicht	Zeit
Chops, Filet, Lachs	2-3,5 cm	10-14 Minuten (direkte mittlere Hitze)
Lammkeule	1,25-1,75 kg	50-90 Minuten (20-30 Minuten direkte mittlere Hitze, 30-60 Minuten indirekte mittlere Hitze)
Lammhüfte	200-300 g	20-30 Minuten (5-10 Minuten direkte mittlere Hitze, 15-20 Minuten indirekte mittlere Hitze)
Lammkarree	450-650 g	20-25 Minuten (5 Minuten direkte mittlere Hitze, 15-20 Minuten indirekte mittlere Hitze)





Beliebte Zuschnitte aus den Teilstücken:



AVO BBQ-Club Würztipp:



## LAMMKARREE

geschnitten aus: Shortloin / Rücken

Größeres Teilstück, optimal geeignet zum Anbraten und anschließendem indirektem Grillen.



Lafiness Rosmarin free Art. 558350



## KOTELETT

geschnitten aus: Loin / Rücken

Festeres Teilstück, optimal geeignet für direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Mirakel La Provence Art. 1045600



## KEULE IN SCHEIBEN

geschnitten aus: Leg / Keule

Festeres Teilstück, optimal geeignet für direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Bonanza Grillgewürzsalz free Art. 483900



## FILET

geschnitten aus: Tenderloin / Filet

Zartes Teilstück, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



Lafiness Premium Mediterrane Kräuter Art. 807750



## LACHS

geschnitten aus: Sirloin / Lammlachs

Zartes Teilstück, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



Lafiness Rosmarin free Art. 558350



## HÜFTE

geschnitten aus: Round / Hüfte

Eher festeres Teilstück, optimal geeignet für indirektes Grillen oder zum Schmoren.



Lafiness Premium Roasted Jalapeno Art. 808050

# SCHWEIN

## GUT GRILLEN

### ★ DAS SOLLTEN SIE WISSEN ★

1

**Schweinesteaks und Koteletts sind zart genug zum kurzen Grillen.**

Im Gegensatz zum Rindfleisch kommen Schweine hierzulande so jung auf den Markt, dass ihr Fleisch erst wenig Zeit hatte, Kollagen und Bindegewebe einzulagern. Beides Faktoren, die für Festigkeit sorgen – beim Schweinefleisch nennen wir es ruhig beim Namen: für Zähigkeit. Deswegen sind die typischen Steak- und Kotelettschnitte vom Schwein durchweg gut zum kurzen direkten Grillen geeignet.

2

**Schweinefleisch frühzeitig würzen oder marinieren.**

Wie bereits angedeutet, hat das jung geschlachtete Schwein noch nicht viel Fett angesetzt. Heutzutage ist Schweinefleisch sogar genau so mager wie Huhn! Das kann dazu führen, dass das Fleisch beim Garprozess sehr schnell trocken wird. Marinieren oder würzen Sie das Steak mit einer AVO-Marinade oder AVO-Trockenwürzung mit Liq-würz Gourmet Marina frühzeitig. Im besten Falle 12 bis 24 Stunden vor dem Grillen. Das Fleisch bleibt dadurch saftig und geschmackvoll.

3

**Von oben bis unten gleich gut durch.**

Im Gegensatz zum Rind- oder Lammfleisch sollten Sie Schweinesteaks oder Koteletts nicht so scharf anbraten, dass sie außen sofort richtig dunkel werden. Hier ist eine gleichmäßige und sanfte Hitze gefragt, die das Fleisch schonend durchgart, ohne dass es außen zu trocken wird.

4

**Es gibt nur einen korrekten Gargrad bei Schweinefleisch: Altrosa muss es sein.**

Am Anfang ist das Schweinefleisch noch kräftig rosarot – Rindfleisch wäre zu diesem Zeitpunkt bereits perfekt zum Verzehren. Allerdings sollte man beim Schweinefleisch solange warten, bis es im Innern ein helles Altrosa angenommen hat. Auf keinen Fall aber länger – dann färbt es sich grau und wird dementsprechend zäh und fad. Ideal ist eine Kerntemperatur von 65-70 °C.

Die angegebenen Zeiten beziehen sich auf eine Kerntemperatur von ca. 65-70 °C. Die Angaben sind nur Richtwerte und hängen stark von den Gegebenheiten, z.B. der tatsächlichen Hitze, ab!

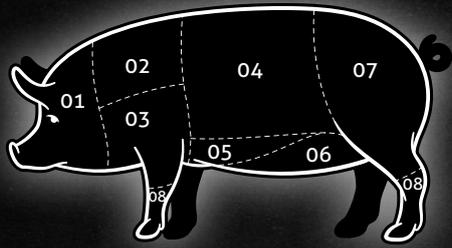
## ★ GRILLZEITEN ★

Braten, dickere Teilstücke und dickere Koteletts sollen nach dem Grillen 5-10 Minuten ruhen.

Teilstück	Dicke / Gewicht	Zeit
Koteletts und Steaks, mit oder ohne Knochen	1 cm	5-7 Minuten (direkte starke Hitze)
	2 cm	6-8 Minuten (direkte starke Hitze)
	2,5 cm	8-10 Minuten (direkte mittlere Hitze)
	3-3,5 cm	10-12 Minuten (6 Minuten direkte starke Hitze, 4-6 Minuten indirekte starke Hitze)
Filet am Stück	450-500 g	15-20 Minuten (direkte mittlere Hitze)
Baby Back Ribs (Kotelettrippchen)	1 kg	3-4 Stunden (indirekte niedrige Hitze)
Spare Ribs (Schälrippchen)	1,25-1,5 kg	3-4 Stunden (indirekte niedrige Hitze)



# ★ PORK CUTS ★



Schweine werden ebenfalls in den USA anders zerlegt, als es bei uns in Deutschland der Fall ist, allerdings unterscheiden sich die Teilstücke nicht allzu sehr und auch die Steak-Zuschneide daraus sind bei uns geläufig. Im Gegensatz zu uns essen die US-Amerikaner das Schweinefleisch allerdings im Kern noch rosa. Das ist natürlich Geschmacksache und für uns ein wenig gewöhnungsbedürftig. Allerdings sollte es auf keinen Fall im Kern noch roh sein. Eine Kerntemperatur von 65-70 °C ist daher ideal.

## Teilstücke des Schweins

- |                                   |                         |
|-----------------------------------|-------------------------|
| 01 _ Head / Kopf                  | 05 _ Spare Rib / Rippen |
| 02 _ Blade Shoulder / Nacken      | 06 _ Side / Bauch       |
| 03 _ Arm Shoulder / Schulter, Bug | 07 _ Leg / Hüfte, Keule |
| 04 _ Loin / Rücken                | 08 _ Hock / Bein        |

## Beliebte Zuschnitte aus den Teilstücken:



## AVO BBQ-Club Würztipp:



### FLINTSTONE STEAK

geschnitten aus: Leg / Keule

Festeres Steak, optimal geeignet für direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Gaucha Grillgewürzsatz Art. 881900



### HOLZFÄLLERSCHEIBE

geschnitten aus: Arm Shoulder / Schulter

Festeres Steak, optimal geeignet für direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Bonanza Grillgewürzsatz free Art. 483900



### KOTELETT MIT SCHWARTE

geschnitten aus: Loin / Rücken

Relativ zartes Teilstück, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Mirakel Red Fire Roast free Art. 484100



### KOTELETT OHNE SCHWARTE

geschnitten aus: Loin / Rücken

Relativ zartes Teilstück, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



Liq-Würz Gourmet Marina Art. 514300

Steakhouse Pfeffer Mix Rio Art. 869401



### NACKENKOTELETT

geschnitten aus: Blade Shoulder / Nacken

Festeres Teilstück, optimal geeignet für direktes Grillen.



Lafiness Premium Roasted Jalapeno Art. 808050



Beliebte Zuschnitte aus den Teilstücken:



AVO BBQ-Club Würztipp:



## SPARE RIBS

geschnitten aus: Spare Rib / Rippen

Zähere Teilstücke, optimal geeignet für indirektes Grillen.



Marinade Honey-BBQ Art. 462250



## FILET

geschnitten aus: Loin / Lende

Zartes Teilstück, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



Lafiness Premium 4 Pfeffer Art. 807850



## HÜFTSTEAKS MIT SCHWARTE

geschnitten aus: Round / Hüfte

Festeres Teilstück, optimal geeignet für direktes Grillen.



Lafiness Chimichurri Art. 871850



## RÜCKENSTEAK

geschnitten aus: Loin / Rücken

Zartes Teilstück, optimal geeignet für kurzes direktes Grillen oder zum Braten.



Lafiness Alabama free Art. 482050



## NACKENSTEAK

geschnitten aus: Blade Shoulder / Nacken

Eher festeres Teilstück, optimal geeignet für direktes Grillen oder zum Braten.



Würz Topping Schwarzbier Art. 1072800



## HOLZFÄLLERSTEAK

geschnitten aus: dickes Bugstück in Scheiben

Festeres Steak, optimal geeignet für direktes Grillen oder Braten.



Würz Topping Weizenbier Art. 1072900



## BAUCH

geschnitten aus: Side / Bauch

Zäheres Teilstück, optimal geeignet für direktes Grillen oder zum Schmoren.



Lafiness Rodizio Art. 876750

VERY WELL DONE \_ 80 °C

WELL DONE \_ 60 °C

MEDIUM \_ 54-56 °C

MEDIUM RARE \_ 50-54 °C

RARE \_ 50 °C

VERY RARE | ENGLISH \_ 45 °C

