

## Rezepte «SRF bi de Lüt – Männerküche 2018»

### Chämikotelettstück vom Schweizer Schwein aus dem Smoker mit Barbecue-Ranch-Sauce, Venere-Reis und Rüebl-Spaghetti

**Hauptgang von Adrian Ziswiler**  
für 4 Personen

**Chämikotelettstück** das Kotelettstück muss zeitig bestellt und vorbereitet werden

- 1 kg Schweinskoteletts am Stück, leicht gesalzen (Vorbereitung für das Räuchern im Smoker, dem Metzger unbedingt mitteilen), wenn nicht mit dem Smoker zubereitet vom Metzger räuchern lassen wie ein Schinkli
- 3-4 EL Honig, flüssig, warm
- 2 EL grobkörnigen Senf
- 1 TL Paprika
- 1 TL Fleischgewürz
- ½ TL italienische Kräutermischung
- 4-5 EL Olivenöl
- Apfel- oder Kirschbaumholzstücke, in einer Schale wässern (nur für Smoker)

2 Tage vor der Zubereitung: Den Honig leicht erwärmen und das Fleisch damit einstreichen, 10 Min. marinieren lassen. Senf, Paprika, Fleischgewürz, italienische Kräutermischung und Olivenöl in einem Schälchen mischen. Das Fleisch damit einstreichen.

Das marinierte Fleisch in eine Schale legen, zudecken und bei 10-12 Grad marinieren lassen (nicht im Kühlschrank, besser im Keller).

#### **Im Smoker**

Den Smoker auf 90-105 Grad vorwärmen. Gewässerte Apfel-oder Kirschbaumholzstücke in die Glut legen. Das Kotelettstück auf die Grillfläche legen und während 1-1½ Std. leicht räuchern. Danach keine gewässerten Holzstücke mehr in die Glut legen. Das Fleisch garen, bis es eine Kerntemperatur von 65 Grad aufweist (weitere 3-4 Stunden, je nach Dicke des Kotelettstück und Zubereitungstemperatur - der Smoker darf nie über 110 Grad Hitze steigen).

#### **Im Backofen**

Den Backofen auf 85 Grad Umluft vorwärmen. Kotelettstück auf den Backofenrost legen und zusammen mit einem passenden Backblech auf die mittlere Schiene schieben. Den Kerntemperaturmesser ins Fleisch stecken und bis zu einer Kerntemperatur von 65 Grad garen. Die Backofentemperatur auf 75 Grad reduzieren. In einer Bratpfanne 2-3 EL Bratfett erhitzen. Das Fleischstück aus dem Backofen nehmen und rundum kräftig anbraten. Das Fleischstück wieder in den Backofen legen und 5-10 Min. nachgaren lassen.

**Barbecue-Ranch-Sauce** (ergibt ca. 1 Liter Sauce)      muss am Vortag zubereitet werden

- 1 EL Pflanzenöl
- 250 g Zwiebeln, fein geschnitten
- 8 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- 250 ml Ketchup
- 180 ml Worcestersauce
- 180 ml starker schwarzer Kaffee
- 80 ml Melasse
- 60 ml Apfelessig
- ¼ TL Chilipulver
- 2 EL Senf
- 2 TL Salz

Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch zugeben und glasig dämpfen. Die restlichen Zutaten zugeben und knapp vor den Siedepunkt erhitzen. Bei mittlerer Hitze 35-40 Minuten köcheln lassen. Etwas abkühlen lassen.

Die Sauce in eine Schüssel absieben. Den Siebinhalt in einen Becher geben und mit einem Pürierstab pürieren. Das Püree zurück in die Sauce geben und sorgfältig mischen. Die Sauce zugedeckt über Nacht kaltstellen.

Die Sauce kann warm oder kalt verwendet werden und hält sich im Kühlschrank einige Wochen.

**Venere-Reis**

- 1-2 EL Pflanzenöl oder Butter
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- ½ Zwiebel, fein geschnitten
- 200 g Schwarzer Venere-Reis
- 1 dl Wasser
- 1 dl Gemüsebouillon
- ¾ dl Weisswein
- Salz nach Bedarf
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Limette, ausgepresster Saft
- ½ dl Vollrahm
- 10 g Butter
- Petersilie für Deko

Pflanzenöl oder Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Reis zugeben und glasig dünsten. Mit Wasser ablöschen und den Reis bei mittlerer Hitze ca. 35 Minuten köcheln lassen.

Wenn der Reis noch etwas Biss hat, die Gemüsebouillon und den Rahm zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Den Reis nochmals zugedeckt 5 Min. ziehen lassen, etwas Butter dazugeben und mischen.

Zur Geschichte:

*Der schwarze Venere-Reis ist eine seltene Sorte, die lediglich von 2 Familien im Piemont angepflanzt wird. Dieser Reis stammt von einer wertvollen, antiken chinesischen Sorte. Um jedoch den klimatischen Verhältnissen im Piemont gerecht zu werden, wurde eine Kreuzung mit einer Reissorte aus der Po-Ebene vorgenommen. Um die Vollkornqualität zu bewahren, wird das Korn gepelzt und nicht wie üblich geschliffen. Es ist ein sehr reicher, gehalt- und geschmackvoller Reis, mit für die Ernährung wichtigen Inhaltsstoffen.*

### **Rüebli Spaghetti**

- ca. 3 grosse Rüebli (möglichst gerade)
- 10 g Butter
- 2 TL Honig
- Kräutersalz

Die Rüebli mit Hilfe eines Julienneschneiders oder eines Hobels in dünne, möglichst lange Streifen schneiden. Diese wiederum mit einem scharfen Messer in feine Streifen (Spaghetti) schneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen. Die Rüeblistreifen zugeben und 5–8 Minuten dämpfen, wenn nötig etwas Wasser dazugeben. Mit Honig und Kräutersalz abschmecken.

### **Anrichten**

Das Kotelettstück in Tranchen schneiden und je 1 Kotelett auf vorgewärmten Teller anrichten. Venere-Reis dazu anrichten. Rüebli-Spaghetti mit Löffel und Gabel aufrollen und wie Spaghetti-Nestli dazu anrichten. Die Barbecue-Ranch-Sauce in einem Schälchen dazu stellen.