



farmgoodies
So entsteht das Gute

FLEISCHESLUST AM GRILL

Erstellt am 06.08.2020

Andreas Lackinger lässt sich auf keinen Kuhhandel ein. Er strebt im Linzer Familienunternehmen in 3. Generation nach einem nachhaltigen und ernährungsbewussten Umgang mit Fleisch & Wurst im Alltag und fordert Achtsamkeit gegenüber den Tieren. Weil's nicht wurst ist, was man isst!



REZEPTTIPPS AUS LACKINGER'S KÜCHE:

GEGRILLTES HÜFTSTEAK MIT FOLIENGEMÜSE

Hüftsteak gegrillt

- Schönes Hüftsteak (Rind) pfeffern frisch aus der Mühle.
 - Achtung: nicht salzen!
 - bei ca. 200 ° C auf direkter Hitze pro Seite 1 Minute resch grillen
 - danach auf indirekter Hitze ca. 150 ° C nachziehen lassen.
 - Die Fingerprobe bestimmt die Zeit!
 - Wichtig: Das Fleisch erst kurz vorm Servieren salzen !!!
 - kann auch mit einem kräftigen Schuss Hanföl von FARMGOODIES verfeinert werden
- Tipp vom Profi "Fingerprobe": Mit dem Zeigefinger das Fleisch leicht eindrücken. An der Festigkeit erkennt man, welchen Garpunkt das Fleisch erreicht hat.

Rare / Fleischkern roh -> das Fleisch ist sehr weich (wie roh)

Medium / halb durchgebraten -> das Fleisch ist weich

Well done / durchgebraten -> das Fleisch ist fest

Schmackhaftes Gemüsepackerl

- Gemüse je nach Geschmack würfelig schneiden
- beim Gemüse auf ähnliche Garzeit achten wie zB Rote und Gelbe Paprika, Aubergine, Zucchini, Champignons, Tomaten oder zB Karotten, Kartoffeln, Rote Rübe, Kohlrabi

- mit frischen Kräutern würzen zB Rosmarin, Majoran, Thymian, Salbeiblätter oder Wildkräuter zB Beifuss, Doast, Wiesensalbei
- abschmecken mit grobkörnigem Salz und Pfeffer aus der Mühle
- mit etwas Sonnenblumenöl / Rapsöl von FARMGOODIES beträufeln
- Alufolie in der Mitte mit Öl bestreichen, kleine Portionen Gemüse darauf verteilen und Folie verknoten / verschließen
- für ca. 15 Minuten auf den Grill legen, nicht direkt am heißesten Punkt

Empfehlung für Grillfans, die es einfach lieben

Bratwürstel, handgemachte Berner Würste, Käsekraier oder den Klassiker CEVAPCICI, scharfe Chilikäsekraier oder feurige Jalapenos Wurst passen immer. Dazu herrliche Salate und selbstgemachte Saucen.