



Rezeptkarte

Geräuchertes Teres Major
mit Ponzu-Lack, Thaisalat,
gegrilltem Pak Choi
und Chinese Wokspice

Geräuchertes Teres Major mit Ponzu-Lack, Thaisalat und gegrilltem Pak Choi

Zutaten (4 Personen):

Teres Major: 2 Teres Major (Flaches Filet), 2 EL Chinese Wokspice, 200 ml Sojasauce, 1 Zitronengrasstängel angedrückt, 4 Scheiben frischer Ingwer, 2 Knoblauchzehen angedrückt, 2 EL Zucker; Thaisalat: 2 EL Fischsauce, 3 Limetten Saft, 1 TL Sesamöl, 1 EL gerösteter Sesam, 2 Stangen Frühlingslauch fein geschnitten, 2 Zitronengrasstängel fein geschnitten, 3 Schalotten in feine Ringe, 1 Thaichili ohne Kerne fein gehackt, 2 EL Koriander gehackt; Pak Choi: 4 Pak Choi, Salz, Rapsöl; 50 g geröstete Erdnüsse, Koriander zum Garnieren

Equipment: Grill, Kirschholz Chunks

Zubereitung (ca. 1 Stunde):

Für den Ponzu-Lack die Sojasauce mit Zitronengras, Ingwer, den angedrückten Knoblauchzehen und dem Zucker um die Hälfte einkochen und fein passieren. Den Pakchoi der Länge nach halbieren, waschen, leicht salzen und mit etwas Rapsöl benetzen. Nun die Pak Choi-Hälften von beiden Seiten für eine Minute direkt grillen. Den Pak Choi der Länge nach aufschneiden. Für den Thaisalat die Fischsauce, Limettensaft, Sesamöl, gerösteten Sesam, Frühlingslauch, Zitronengras, Schalotten, Thaichili und Koriander vermengen und kurz ziehen lassen. Die zwei Stücke Teres Major mit Chinese Wokspice kräftig würzen. Den Grill auf 110°C vorheizen. Ein Chunk Kirschholz zugeben und die beiden Teres Major bis zu einer Kerntemperatur von 47°C räuchern. Im Anschluss das Fleisch von allen Seiten mit Ponzu-Lack bepinseln. Das Fleisch ruhen lassen und bei einer Kerntemperatur von 54 °C aufschneiden. Beim Anrichten mit gerösteten Erdnüssen und Koriander garnieren.