





VOR DEM ERHITZEN EINES SALZSTEINS BITTE UNBEINGT LESEN

Ein Salzstein ist ein Naturprodukt, das eine spezielle Behandlung erfordert. Im Lauf der Zeit stellt sich aber Routine ein, und Sie werden – wie ich – intuitiv den richtigen Umgang finden.

Es gibt jedoch gewisse Risiken, die Sie beachten sollten, vor allem, wenn Sie noch keine Erfahrung im Umgang mit Salzsteinen haben.

- Salzsteine können reißen. Langsam erhitzen!
- Salzsteine können explodieren. Verwenden Sie nur Steine, die für den Küchengebrauch geeignet sind.
- Salzsteine werden sehr heiß. Am besten gar nicht anfassen, und wenn es nötig ist, nur kurz und mit Profi-Handschuhen, die extreme Temperaturen vertragen (siehe Seite 15) oder einem Salzsteinhalter.
- Salzsteine nehmen sehr viel Energie auf. Wenn Sie einen heißen Salzstein abseits vom Grill verwenden, sorgen Sie für eine ausreichende Isolierung zwischen dem Salzstein und Tisch oder Arbeitsfläche.

Mark Bitterman

Grillen auf dem **SALZSTEIN**

Die besten Rezepte vom Salzblock-Profi

DAS EINSTEIGERBUCH!

Rezepte von Andrew Schloss und Mark Bitterman

Fotos von Aubrie LeGault und Mark Bitterman

Bassermann





INHALT

EINLEITUNG 8

KAPITEL 1

FLEISCH 20

KAPITEL 2

GEFLÜGEL 40

KAPITEL 3

FISCH & MEERESFRÜCHTE 48

KAPITEL 4

**VEGETARISCHE GERICHTE
& DESSERTS 58**

REGISTER 76

GARTABELLE FÜR OBST & GEMÜSE

EINLEITUNG





DIE FASZINATION DES SALZSTEINGRILLENS

Grillen –

bei dem Stichwort fal-

len uns viele Bilder ein. Wir denken an sonnige Tage im Park, Pappteller und Ketchupflaschen auf einer Picknickdecke, Kühltaschen mit Bratwürstchen und Kartoffelsalat, und an nasse Hunde, die sich schütteln und alle mit Wasser bespritzen. Wir denken an Campingplätze am See, eine dampfende Kanne mit Kaffee am Rand der Feuerstelle, kichernde Kinder im Zelt, an Forellen und Spiegeleier, die in Butter braten. Wir denken an Urlaub in der Toskana, von Kondenswasser feuchte Gläser mit einem bitteren Aperitif und einen Koch, der auf Italienisch (das wir nicht verstanden) ausführlich über die Feinheiten der Zubereitung von Schweineschulter mit Wildkräutern referierte. Wir denken an Momente im eigenen Garten, an dicke Steaks, Zwiebeln und marinierten Spargel, und an Nachbarn, die mit ein paar Flaschen Bier vorbeischaun. Frische Speisen auf dem Feuer zuzubereiten, das ist Freude am Moment und Vorfreude auf den nächsten Grillabend. Der Salzstein ist eine neue Spielart dieses Abenteuers. Er schafft Genussmomente, die das Zeug haben, Erinnerungen der Zukunft zu werden.

Der Salzstein ist eine Offenbarung. Auf dem Grill ermöglicht er ganz neue Zubereitungsweisen, beispielsweise Konvektionsgaren, Braten und gleichzeitiges Garen von oben und unten – und sogar aus dem Inneren der Speisen. Das Grillgut gart schneller, besser und gleichmäßiger. Der Salzstein bringt zusammen mit dem Feuer das Aroma der Speisen unvergleichlich gut zur Geltung. Das Salz reagiert auf einzigartige Weise mit der Feuchtigkeit der Oberfläche des Grillguts, sodass die Haut durch die Hitze schön braun und knusprig wird. Proteine und Stärke werden aufgespalten, was der Textur und dem Geschmack zugutekommen. Außerdem gibt der Salzstein dem Grillen unter freiem Himmel eine ganz neue Dimension. Er lässt Altbekanntes wieder spannend werden, bietet neue Geschmackserlebnisse und eröffnet ganz neue Möglichkeiten auf dem guten alten Grill.

11 GUTE GRÜNDE FÜR EINEN SALZBLOCK

1. Ein Salzblock ist schwer. Was man unter ihn legt, wird flach gedrückt. Legt man ein halbes Hähnchen auf den Grill und beschwert es mit dem Salzblock, wird es zum »Platthuhn«. Das Fleisch gart schneller und gleichmäßiger, und die Haut wird wunderbar knusprig.
2. Ein Salzblock hat eine hohe thermische Masse. Dagegen ist die gute alte Gusseisenpfanne geradezu mickrig. Die thermische Masse gleicht die Gartemperatur des Grillguts aus. Lebensmittel brennen seltener an, bräunen besser und gelingen insgesamt einfach makellos.
3. Ein Salzblock hat eine hohe thermische Masse. Pizzasteine, Steinbacköfen und andere Dinge wurden erfunden, um die hohe Hitze zu erzeugen, die für viele Speisen nötig ist – von Naan-Brot bis zu Jakobs-muscheln. Der Salzblock erzeugt eine ausgesprochen gleichmäßige Hitze, und zwar dreimal so gut wie ein Pizzastein.
4. Feuchtigkeit aus den Speisen löst eine hauchdünne Salzschrift auf. Dieses Salzwasser verdunstet recht schnell und bildet eine Kruste auf der Oberfläche der Speisen. Dadurch bleibt das Grillgut wunderbar zart und saftig.
5. Wie viel Salz das Grillgut annimmt, hängt von zwei Faktoren ab: der Feuchtigkeit des Grillguts und der Temperatur des Salzblocks. Wie salzig das Grillgut wird, lässt sich also kontrollieren. Fetthaltige Lebensmittel wie Lachsfilet können bei extra-hoher Temperatur gegrillt werden, sodass die Haut knusprig wird.
6. Auf dem Salzblock kann man auch Lebensmittel grillen, die ansonsten leicht durch die Lücken des Rosts fallen wie zum Beispiel klein geschnittenes Gemüse, Garnelen, kleine Würstchen ...
7. Der Salzblock ist transportabel. Wenn es draußen kalt ist, einfach die Zubereitung auf dem Grill beginnen. Dann den heißen Salzblock auf einem Topfuntersetzer ins Haus tragen und die Speisen auf dem Tisch fertig garen. Versuchen Sie das mal mit einem Holzkohlegrill!
8. Sie können ein- und denselben Salzblock heute für Muscheln, morgen für Steak, übermorgen für Entenbrust und danach

für Eier benutzen. Sofern die Speisen nicht außerordentlich fettig oder geruchsintensiv sind – etwa frische Sardinen – überträgt sich der Geschmack nicht auf die folgenden Zubereitungen.

10. Ein Salzblock sieht toll aus. Setzt man ihn auf einen robusten Topfuntersetzer oder einen Metallrost, kann man die gegrillten Speisen darauf servieren. Das sorgt auf jeden Fall für Gesprächsstoff.



9. Bevor Sie den Salzblock auf den Grill legen, sollten Sie ihn als Servierplatte benutzen. Obst, Gemüse und Käse nimmt einen Hauch von Salzgeschmack an. Beim Erhitzen verliert der Salzblock seine hinreißende rosa Transparenz. Nutzen Sie also die Gelegenheit, ihn vor dem ersten Grillen in seiner ganzen Schönheit zu präsentieren.

11. Grillen auf dem Salzstein ist ein neuer Trend. Wer jetzt die Grundlagen lernt und ein paar eigene Tricks und Kniffe entwickelt, kann schnell zum Trendsetter werden.