

DRAUSSEN ZUSAMMEN

MANUEL
WEYER

Das Erlebnis-
Kochbuch für die
Lagerfeuerküche



AM FEUER



Petromax

INHALT

6

VORWORTE

10

GRUNDLAGEN
ZUM FEUERMACHEN

FRÜHSTÜCK &
KLEINE GERICHTE

50

Bananen-Porridge

52

Apfel-Granola mit Ahornsirup

54

Zwetschgenbrot mit Hüttenkäse

56

French Toast mit Heidelbeeren

58

Champignon-Brot-Pfanne

60

Bauernbrot mit Glutzwiebeln & Estragon

62

Steak-Sandwich

64

Parmesan-Eier auf Salz

66

Glutrettich, Schinken & Salzbutter

68

Perkolator-Kaffee mit Pflaumen

70

Holunderbeeren-Tee mit Apfel & Zimt

71

Heiße Schokolade, Muskat & Tonkabohne

FLEISCH & GEFLÜGEL

74

Nackensteak mit Röstpaprika

76

Schweinefilet Letscho Style

78

Schichtfleisch 24/7

80

Schweinekarree aus verbranntem Heu

82

Gulasch am Spieß

84

Käse-Bratwurst-Hotdog

86

Roast Ribs

88

Tomahawk-Steak aus der Glut

90

Rumpsteak, Balsamico-Tomaten & Kernöl

92

Ribeye Steak mit Champignons & Spargel

94

Ochsenschwanz-Eintopf

96

Hackfleischspieße mit Tomaten-Chili-Salsa

98

Kalbsrahmgulasch

100

Frikadellen mit Sommergemüse



102

Lammkarree mit Honig-Schmelztomaten

104

Lammrücken mit Steinpilzen

106

Zitronenhuhn im Wirsingblatt

108

Hühnersuppe mit Chili & Reismudeln

110

Knoblauch-Chicken Wings

112

Tandoori Drumsticks

114

Hähnchenpfanne mit Kürbis & Maronen

FISCH & MEERESFRÜCHTE

118

Flammlachs

120

Kräuterforelle im Asado-Stil

122

Wolfsbarsch vom Rost mit Fenchel

124

Garnelen-Bisque

126

Steinbutt vom Rost

128

Miesmuscheln mit Speck

130

Zander aus der Pfanne mit Bratkartoffelsalat

132

Kräuter-Rotbarsch

134

Jakobsmuscheln mit Spinat & Käse

136

Oktopus mit Rauchpaprika-Öl

138

Garnelen mit Tomaten-Knoblauch-Salsa

140

Jambalaya

142

Dorade mit Speck

144

Gebratener Kabeljau mit Enoki-Pilzen

GEMÜSE

148

Glutbetesalat mit Kürbiskernen

150

Erbsensuppe

152

Pfifferling-Cassoulet

154

Kartoffelwaffeln mit Spinat

156

Spaghetti all'assassina

158

Kanarische Kartoffeln mit Chimichurri

160

Glutkohl mit Feta & Salzmandeln

162

Weizenchili

164

Gebackene Blumenkohlsteaks

166

Glutartischocken mit Sauerrahm

168

Gerösteter Mais in Tomatenbutter

170

Verbrannter Lauch mit Frischkäse & Nüssen

172

Romanasalat vom Rost à la Cesare Cardini

TOPPINGS & SALATE
FÜR UNTERWEGS

176

Holzkohle-Öl auf Vorrat

178

Eingekochte Tomaten mit Vanille

180

Pesto-Varianten

182

Chilisauce

184

Gepickelte Zwiebeln

186

Kartoffelsalat mit Knusper-Toppings

188

Tomate-Mozzarella

190

Weißkohlsalat mit Granatapfel

192

Tex Mex Salad



SÜSSES, BROT & BRÖTCHEN

196

Vanillepudding mit Birnenkompott

198

Apfel-Kirsch-Crumble

200

Nougat-Topfenknödel mit Zwetschenröster

202

Gebrannte Kokoscreme aus der Nuss

204

Milchreis mit gebrannten Mandeln

206

Paprika-Popcorn

208

Mango-Kokos-Eis mit Passionsfrucht

210

Stockbrot

212

Pfannen-Quarkbrötchen

214

Bauernbrot aus dem Dutch Oven

POWERSNACKS
FÜR UNTERWEGS

218

Powersnacks

222

Brain Smoothies

224

Water Cups

228

Sundowner

232

REZEPTREGISTER

238

IMPRESSUM

FEUERKOCHEN & TEMPERATUR

Die Feuerküche lieben wir, aber manchmal geht es mit dem Gas- oder Holzkohlegrill doch etwas schneller. Darum findet ihr in diesem Buch neben den Angaben für die Zubereitung über offenem Feuer auch immer die empfohlene Temperatur und Garteknik für einen Grill mit Deckel.

Doch wie lässt sich die richtige (Gar-)Temperatur eines offenen Feuers feststellen? Ehrlich gesagt, braucht das ein wenig Erfahrung. Wichtig dabei ist, dass ihr immer die gleichen Gegebenheiten schafft, indem ihr möglichst immer das gleiche Holz verwendet und die Feuerstelle windgeschützt und möglichst regensicher anlegt.

Die äußeren Witterungsbedingungen können sich ändern und somit auch die Garzeiten. Ein Problem ist das aber nicht! Ich zeige euch drei Möglichkeiten, wie die Regulierung der Gartemperatur gelingt:

- 1 Hand auflegen**, dabei haltet ihr die Hand ca. 10 cm über die reine Glut. Wenn ihr die Hand nach 3—4 Sek. wegziehen müsst, dann ist die Glut heiß genug zum Feuerkochen. Allerdings: Diese Methode birgt die Gefahr, sich zu verbrennen, denn jeder Mensch hat ein anderes Temperaturempfinden. Deshalb finde ich es schwierig, die Temperatur durch Handauflegen zu bestimmen. Möglich ist es, doch braucht diese Art der Skalierung viel Zeit und Erfahrung.
- 2 Das Messen mit einem Infrarot-Thermometer** ist zwar eine gute Methode, aber doch eher etwas für Nerds und für Leute, die es genau wissen möchten. Außerdem müsste man das Thermometer immer spontan dabeihaben oder sich entsprechend organisieren.
- 3 Die visuelle Wahrnehmung** ist für mich das Wesentliche beim Feuerkochen. Bevor ihr mit der Zubereitung beginnt, müsst ihr ohnehin das Gargut vorbereiten und gleichzeitig entzündet ihr z. B. ein Tipifeuer (siehe S. 18) mit 4—6 Holzscheiten. Wenn die Scheite in 20—30 Min. zur Glut heruntergebrannt sind, dann sind die Vorbereitungen längst abgeschlossen. Anschließend legt ihr je nach Gericht noch 3—4 Holzscheite nach, stellt z. B. das Dreibein über die Feuerstelle, hängt den Rost ein, und schon geht's los.

Für eine höhere Temperatur legt ihr Holz nach. Wenn ihr aber bereits kurz vor Zubereitungsende seid, hängt ihr den Rost einfach weiter nach unten, um dem Gargut mehr Hitze zu geben.

Wird es zu heiß, hängt ihr den Rost wieder ein Stück höher, oder ihr legt 1—2 brennende bzw. glühende Holzscheite seitlich versetzt in die Feuerschale.

Wenn das Tipifeuer stark brennt und die Hitze zu intensiv ist, könnt ihr die Anordnung der Holzscheite auch verändern. Eine flache Anordnung der Scheite oder der Glut sorgt für eine gleichmäßige Wärmeabstrahlung, während die spitz zulaufende Anordnung des Tipifeuers den Kamineffekt verstärkt und die Hitze punktuell gebündelt abgibt.

HITZE BEIM FEUERKOCHEN MIT HOLZ

Wenn man keine Messinstrumente zu Verfügung hat und sich das erste Mal mit dem Thema Kochen über offenem Feuer beschäftigt, dann sind genaue Temperaturen oder Details anhand der Flammenintensität kaum zu bestimmen. Hier habe ich für euch einen groben Leitfaden, woran ihr euch orientieren könnt. Am Ende des Buches findet ihr eine genaue Skalierung.



MIT VOLLER GLUT UND FEUER (800—1000 °C)

Indirekt geeignet für den Dutch Oven / Stockbrot / Fleisch- und Gemüsespieße / Flammlachs / Snacks / Zubereitungen mit Kette und Haken / Getränke



MIT VOLLER GLUT (600—800 °C)

Direkt und indirekt geeignet für Kesselfleisch / Eintöpfe / Schmor- und Pfannengerichte / Brot / Steaks und Koteletts / Fisch und Geflügel / Schaschlik / Caveman BBQ / Garen in der Glut



MIT ABNEHMENDER GLUT UND VEREINZELTER FLAMMENBILDUNG SOWIE RAUCH (800—500 °C / 300 °C)

Indirekt Räuchern und Garen über einen längeren Zeitraum für die Zubereitung von ganzen Fischen / größeren durchwachsenen Fleischstücken wie Schinken, Schulter oder Nacken / zum Vorgaren und Räuchern von Zutaten

DIE BESTEN TOOLS FÜR UNTERWEGS

TELESKOP-GRILLZANGE

Mit einer in der Länge stufenlos verstellbaren Grill- und Kohlezange habt ihr stets den optimalen Feuerabstand und könnt Grillgut und Kohlen präzise greifen. Teleskopzangen mit speziell gestalteten Grillwangen und integrier-tem Flaschenöffner sind das perfekte Multitool.

CAMPINGBESTECK MIT TASCHE

Mit dem fünfteiligen Besteck habt ihr unterwegs alles, was ihr für eure Mahlzeiten braucht.

EMAILLE SCHALE & BECHER

Emaillegeschirr ist pflegeleicht, kratzfest und dabei auch noch hitzebeständig.

SCHMIEDEEISERNE PFANNE

Eine kleine, leichte und platzsparen-de schmiedeeiserne Pfanne ist ideal für die schnelle Zubereitung über allen Arten von Kochfeuern.

EMAILLE STIELTOPF

Ein Stieltopf mit Holzgriff ist ein vielseitiges und robustes Kochgeschirr; ideal für eure Draußen-Küche, aber auch zu Hause auf dem Herd einsatzbereit.



KÜHLRUCKSACK

Ohne Strom haltet ihr mit einem Kühl-rucksack Lebensmittel und Getränke tagelang eisgekühlt. Dabei sollten die Lebensmittel vor dem Verpacken in den Rucksack stark heruntergekühlt sein. Wenn ihr tiefgefrorene Lebens-mittel mitnehmt, könnt ihr euch die Kühlakkus sparen und habt zusätz-lichen Platz.

DIE 10 PHASEN DER HOLZVERBRENNUNG BEIM FEUERKOCHEN

Hier stelle ich euch die 10 Phasen der Holzverbrennung vor und damit die Temperaturentwick-lung während des Feuerkochens. Diese ist abhängig von der Holzart, vom Trocknungsgrad und Brennverhalten des Holzes sowie von den Umgebungsbedingungen wie Außentemperatur, Wind und Luftfeuchtigkeit.

1 HOLZ WIRD ENTZÜNDET UND ERWÄRMT SICH 20—100 °C	4 RAUCH ENTSTEHT, NOCH KEINE FLAMMEN 200—280 °C	8 HOLZ WIRD ZU GLUT, DIENT ALS STARKE HITZEQUELLE 600—800 °C
2 HOLZ TROCKNET UND WASSER VERDAMPFT 100—150 °C	5 BRENNBARE GASE TRETEN AUS 280—350 °C	9 GLUT HÄLT GLEICHMÄSSIGE HITZE 700—900 °C (MAX. 1100 °C)
3 HOLZ FÄNGT AN ZU GLÜHEN, RIECHT RAUCHIG 150—200 °C	6 GASE ENTZÜNDEN SICH, FLAMMEN BILDEN SICH 350—500 °C	10 ASCHE ÜBRIG, GRILLENDE 400 °C
	7 HOLZ BRENNT DEUTLICH, INTENSIVE HITZE ENTSTEHT 500—800 °C	

CHAMPIGNON-BROT-PFANNE

FÜR 4 PORTIONEN

-  VORBEREITUNGSZEIT 10–15 Min.
-  KOCHFEUERHITZE mittlere Glut & mittlere Flammen
-  GRILLTEMPERATUR 220–240 °C
-  GARTECHNIK direkt
-  ZUBEREITUNGSZEIT 10–15 Min.
-  GESAMTZEIT ca. 30 Min.

ZUTATEN

- 500 g kleine Champignons
- 2 rote Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2–3 Scheiben Brot (je ca. 1 cm dick)
- 2 Mozzarella-Kugeln (je 125 g)
- 4–6 EL Rapsöl
- 100 g Butter
- grobes Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ½ Bund gehackte glatte Petersilie (nach Belieben)

ZUBEHÖR

- Dreibein / Feuerstelle / Rost / gusseiserne Pfanne (Ø ca. 30 cm)

Ihr könnt die Brot-Pfanne auch mit anderen Pilzen zubereiten. Wenn ihr Pilze im Wald findet, solltet ihr etwas Erfahrung bei der Bestimmung mitbringen, damit keine ungenießbaren Pilze in die Pfanne wandern. Informiert euch gut und sammelt nur die Pilze, bei denen ihr euch sicher seid, dass sie essbar sind.

1. Die Pfanne auf den Rost stellen (ca. 10 cm über dem Flammenbild) und 6–8 Min. vorheizen. (Im Grill über direkter starker Hitze bei 220–240 °C.)
2. Die Pilze ggf. abbürsten. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in grobe Spalten schneiden.
3. Die Brotscheiben in grobe Würfel schneiden. Die Mozzarella-Kugeln abtropfen lassen.
4. Das Öl in die Pfanne gießen und die Pilze darin in mehreren Minuten auf Sicht goldbraun anbraten. Dann die Zwiebel- und Knoblauchspalten sowie die Brotwürfel mit der Butter zugeben und 6–8 Min. anbraten, bis die Zwiebel- und Knoblauchspalten leicht gebräunt und die Brotwürfel kross sind.
5. Die Pfanne von der Hitze nehmen, die Mozzarella-Kugeln hineinlegen und schmelzen lassen.
6. Die Champignon-Brot-Pfanne mit Salz und Pfeffer würzen und nach Belieben mit gehackter Petersilie bestreuen.

TIPP
Pilze solltet ihr immer mit starker Hitze anbraten. Dafür braucht ihr ein hoch erhitzbares Öl, also ein Öl mit hohem Rauchpunkt. Sobald die Pilze schön angebraten sind, könnt ihr sie mit der Butter verfeinern und den Mozzarella hinzugeben.



SCHICHTFLEISCH 24/7

FÜR 4 PORTIONEN

 VORBEREITUNGSZEIT 20 Min.
ZUBEREITUNGSZEIT 2 Std. 30 Min.
GESAMTZEIT ca. 3 Std.

 GARTECHNIK indirekt
 KOCHFEUERHITZE mittlere Glut & mittlere Flammen
 GRILLTEMPERATUR 180–200 °C

ZUTATEN

- 1,2–1,4 kg Schweinenacken am Stück ohne Knochen
- 2 TL edelsüßes Paprikapulver
- 2–3 EL getrocknete Kräuter der Provence
- 1 EL Meersalz
- 1 TL frische gemahlener schwarzer Pfeffer
- 4 rote Zwiebeln
- 2 rote Paprikaschoten
- 14 Scheiben Frühstücksspeck

ZUBEHÖR

Dreibein / Feuerstelle / Dutch Oven (FT4.5)

Das Schichtfleisch ist ein ungekrönter, kinderleicht zuzubereitender Klassiker und lässt sich dank des Dutch Oven sowohl über offenem Feuer als auch mit Briketts, im Grill oder Backofen zubereiten.

1. Das Fleisch trocken tupfen und quer in 1 cm dicke Scheiben schneiden. In eine ausreichend große Schüssel geben und mit Paprikapulver, Kräutern, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Die Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden. Die Paprikaschoten halbieren, das Kerngehäuse entfernen und die Schoten in 1 cm dicke Streifen schneiden.
3. Jetzt abwechselnd Fleisch, Speck, Zwiebeln und Paprika in den Dutch Oven schichten.
4. Den Dutch Oven einhängen (20–30 cm über dem Flammenbild) und die Zutaten ca. 2 Std. 30 Min. im verschlossenen Topf garen. (Im Grill über indirekter mittlerer bis starker Hitze bei 180–200 °C.)
5. Nach etwa der Hälfte der Garzeit ein gut durchgeglühtes Holzscheit auf den Dutch Oven-Deckel legen. Die Hitze der Glut langsam abfallen lassen und nur selten Holz nachlegen. (Im Grill über indirekter schwacher bis mittlerer Hitze bei 140–160 °C.)
6. Beim Garen über einen längeren Zeitraum solltet ihr neben einem ordentlichen Glutbett auch stetig Holz nachlegen. Je trockener das Holz, umso mehr wird bei der Zubereitung benötigt. Auch wenn es windig ist, müsst ihr mehr Feuerholz einplanen.

TIPP

Damit ihr euer Schichtfleisch auch einmal unbeobachtet lassen könnt und nicht immer Holz nachlegen müsst, verwendet am besten die Petromax Briketts. Sie lassen sich einfach anzünden und halten die Hitze bis zu 4 Stunden; das reicht locker für die Zubereitung eures Schichtfleisches. Bei einem FT4.5 benötigt ihr ca. 8 Briketts am Boden und 3–5 gezündete Briketts auf dem Deckel. Die Zubereitungszeit beträgt ca. 2 Stunden.

TOMAHAWK STEAK AUS DER GLUT

FÜR 4 PORTIONEN

 VORBEREITUNGSZEIT 10 Min.

ZUBEREITUNGSZEIT 30 Min.

GESAMTZEIT ca. 40 Min.

 GARTECHNIK direkt

 KOCHFEUERHITZE mittlere bis kräftige Glut

 GRILLTEMPERATUR 240—260 °C

ZUTATEN

1 Tomahawk Steak (1,4—1,6 kg)
1 EL Olivenöl
Meersalz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

ZUBEHÖR

Dreibein / Feuerstelle / Rost

Zu diesem Steak könnt ihr die verschiedensten Beilagen zubereiten. Eine kleine Auswahl, die sich gut vorbereiten lässt, findet ihr ab Seite 174.

1. Das Fleisch gründlich trocken tupfen, rundherum dünn mit Öl einreiben und mit Meersalz würzen.
2. Anschließend direkt auf die Glut legen und garen. Das Steak nach ca. 30 Sek. im Uhrzeigersinn umplatzieren und das Fleisch erneut ca. 30 Sek. auf der Glut garen.
3. Dann wenden und die zweite Fleischseite genauso zubereiten.
4. Anschließend das Steak auf den Rost legen (20—30 cm über dem Glutbett) und weitere 20—25 Min. garen, dabei gelegentlich wenden (Kerntemperatur 56—58 °C).
5. Vom Rost nehmen und 3—5 Min. ohne Hitze ruhen lassen.
6. Das Steak mit Pfeffer würzen, in Tranchen schneiden und die Schnittflächen mit Salz verfeinern.

GRILLTIPP

Bei der Zubereitung im Grill das vorbereitete Steak über direkter starker bis sehr starker Hitze (240—260 °C) von beiden Seiten 2—3 Min. angrillen, danach in den indirekten Bereich legen, die Hitze auf 160—180 °C reduzieren und das Steak weitere 20 Min. grillen (Kerntemperatur 56—58 °C). Vor dem Servieren 3—5 Min. ohne Hitze ruhen lassen.

KRÄUTER-ROTBARSCH

FÜR 4 PORTIONEN

- 

VORBEREITUNGSZEIT 10—15 Min.
- 

GARTECHNIK direkt
- 

ZUBEREITUNGSZEIT 30—35 Min.
- 

KOCHFEUERHITZE mittlere Glut & mittlere Flammen
- 

GESAMTZEIT ca. 50 Min.
- 

GRILLTEMPERATUR 200—220 °C

ZUTATEN

- 1 Rotbarsch (ca. 1,2—1,5 kg), küchenfertig vorbereitet
- 1 EL Rapsöl
- 1 Handvoll italienische Kräuter (z. B. Rosmarin, Lorbeer, Thymian)
- 1 Bund glatte Petersilie
- einige Zweige Minze (nach Belieben)
- 1 Bio-Zitrone
- 2 Knoblauchzehen
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

ZUBEHÖR

Dreibein / Feuerstelle / Rost

Da die Temperatur und somit die Zubereitung über offenem Feuer manchmal nicht so beständig ist wie z. B. in einem Grill, schneide ich die Fische gern an den dicksten Stellen bis zur Mittelgräte des Rückenfilets ein, damit sie schneller durchgaren.

1. Den Rost einhängen (ca. 10 cm über dem Flammenbild). Den Fisch gründlich trocken tupfen und das Rückenfilet auf beiden Seiten 4—5-mal einschneiden. Danach außen dünn mit Rapsöl einreiben.
2. Die italienischen Kräuter, die Petersilie und nach Belieben die Minze verlesen und die Hälfte der Kräuter fein schneiden. Die Zitrone rundherum abschälen, die Schale fein hacken und die Zitrone in Scheiben schneiden. Den Knoblauch schälen und fein würfeln.
3. Den Bauchraum des Fisches mit den ganzen Kräutern und den Zitronenscheiben füllen. Die klein geschnittenen Kräuter mit dem Knoblauch und der Zitronenschale vermengen.
4. Jetzt den Rost höher hängen (30—45 cm über dem Flammenbild), den Fisch darauflegen und ca. 15 Min. garen.
5. Danach wenden, mit Salz und Pfeffer würzen und das Kräuter-Knoblauch-Topping auf dem Fisch verteilen. Den Fisch in 15—20 Min. fertig garen (Kerntemperatur 60—64 °C).
6. (Im Grill über direkter mittlerer bis starker Hitze bei 200—220 °C 12—15 Min. grillen, danach wenden und in 12—15 Min. fertig grillen.)

TIPP

Einen ganzen Fisch zu garen ist eigentlich simpel, denn man muss nicht allzu viel tun und kann bei der Zubereitung entspannt zuschauen. Die passenden Beilagen, die sich zudem perfekt zu Hause vorbereiten lassen, findet ihr ab Seite 174. Die könnt ihr währenddessen aber auch ganz locker mitgaren.



GLUTKOHL MIT FETA & SALZMANDELN

FÜR 4 PORTIONEN

 VORBEREITUNGSZEIT 10—15 Min.

 KOCHFEUERHITZE mittlere Glut & kleine Flammen

 GRILLTEMPERATUR 180—200 °C

 ZUBEREITUNGSZEIT 15—20 Min. + 20 Min. Ruhezeit

ZUTATEN

- 1 Spitzkohl (800—1000 g)
- 1 Bund Petersilie
- 200 g Feta
- 3—4 EL Aceto balsamico bianco
- 1 TL süßer Senf
- 1 EL körniger Senf
- 3—4 EL Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 4 EL gehackte Salzmandeln

ZUBEHÖR

Feuerstelle

Beim Garen direkt in der Glut verbrennen die äußeren Schichten des Spitzkohls, die man beim Putzen ohnehin größtenteils entfernen würde. Der innere Teil des Kohls wird ganz sanft gegart und entfaltet auf diese Weise seinen feinen Geschmack.

1. Den Kohl an den Rand der vorbereiteten Glut legen und 15—20 Min. garen, dabei im Abstand von 3—5 Min. wenden. (Im Grill über direkter mittlerer bis starker Hitze bei 180—200 °C ca. 30 Min. garen.)
2. Nach Ende der Garzeit den Spitzkohl in eine Schüssel geben, die Schüssel nach Belieben mit Frischhaltefolie abdecken und ein Küchentuch darüberlegen. Den Spitzkohl 20 Min. ruhen lassen.
3. Inzwischen die Petersilie verlesen, von den Stielen zupfen und fein schneiden. Den Feta mit den Fingern grob zerbröckeln.
4. Für das Dressing in einer ausreichend großen Schüssel den Essig mit beiden Senfsorten und dem Olivenöl verrühren. Mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen.
5. Nach Ende der Ruhezeit die äußeren verbrannten Schichten des Spitzkohls entfernen, den Kohl vierteln, den Strunk herausschneiden und den Spitzkohl klein schneiden. Danach in die Schüssel geben, mit dem Dressing vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Zum Servieren den Glutkohl auf die Teller verteilen, mit Feta und Salzmandeln toppen und die Petersilie darüberstreuen.

TIPP

Diese ursprüngliche Zubereitungsart funktioniert selbstverständlich auch mit anderen Kohlsorten wie Weißkohl, Rotkohl oder Urkohl. Dabei gilt: Je fester Struktur und Beschaffenheit des Kohls, desto länger dauern Glut- und Ruhephase. Durch den Wasserverlust wird der Geschmack intensiver, und das Karamellisieren des pflanzlichen Zuckers sorgt für feine Röstnoten.



BAUERNBROT AUS DEM DUTCH OVEN

FÜR 1 LAIB BROT



VORBEREITUNGSZEIT 10 Min.
+ 1 Std. Ruhezeit



GARTECHNIK direkt



KOCHFEUERHITZE mittlere Glut &
kleine Flammen



GRILLTEMPERATUR 180—200 °C

ZUBEREITUNGSZEIT 45—50 Min.

GESAMTZEIT ca. 2 Std.

ZUTATEN

½ Würfel frische Hefe (ca. 20 g)

1 EL Honig

750 ml lauwarmes Wasser

300 g Weizenmehl (Type 405),
plus Mehl zum Arbeiten

200 g Dinkelmehl (Type 630)

200 g Roggenmehl (Type 1150)

50 ml Apfelessig

20 g Salz

2 EL Brotgewürz (z. B. gemahlener
Koriander, Piment, Pfeffer, Nelke,
Fenchelsamen)

1 TL gemahlene Bockhornklee-
samen (nach Belieben)

3—4 EL Rapsöl

ZUBEHÖR

Dreibein / Feuerstelle /
Dutch Oven (FT4.5)

Dieses Rezept ist unkompliziert und absolut gelingsicher für ein herrliches Bauernbrot aus dem Dutch Oven.

1. Die Hefe zusammen mit dem Honig und dem Wasser in ein ausreichend großes Gefäß geben und glatt rühren.
2. Alle Mehlsorten, Essig, Salz, Brotgewürz und nach Belieben die Bockshornkleesamen in eine ausreichend große Schüssel geben. Das Hefewasser hineingießen und die Zutaten in mehreren Minuten zu einem geschmeidigen Teig kneten.
3. Den Dutch Oven bis zum Rand mit Rapsöl einreiben und mit Mehl ausstreuen. Den Teig zu einem Brotlaib formen, in Mehl wenden und in den Dutch Oven geben.
4. Den Dutch Oven mit dem Deckel verschließen und den Teig an einem warmen Ort (ggf. auf der obersten Position eures Dreibeins) in 1 Std. zu doppeltem Volumen aufgehen lassen.
5. Sobald der Teig zu doppeltem Volumen aufgegangen ist, den Dutch Oven einhängen (20—30 cm über dem Flammenbild) und den Teig im geschlossenen Topf 45—50 Min. backen. Für die benötigte Oberhitze nach etwa 30 Min. Backzeit 1—2 glühende Holzscheite auf den Deckel des Dutch Oven legen.
6. (Im Grill über indirekter mittlerer bis starker Hitze bei 180—200 °C.)

TIPP

Neben dem Brotgewürz verleihen die gemahlene Bockshornkleesamen dem Brot eine vielschichtige Würze. Und probiert doch auch mal die gemahlene Samen des Schabzigerklee.





POWER-SNACKS FÜR UNTERWEGS

Power to go! In diesem Kapitel dreht sich alles um Powersnacks, die ihr zu Hause zubereiten könnt, lecker schmecken und den Hunger zwischendurch stillen. Ob süß oder herzhaft — die Rezepte sorgen dafür, dass ihr fit und ausdauernd bleibt, egal ob bei Abenteuern in der Natur, beim Wandern, Klettern oder Radfahren.

Und wenn der Tag sich dem Ende zuneigt, darf der Sundowner nicht fehlen: Cocktails, die Genuss und Entspannung bieten. Perfekt für unterwegs, zum Relaxen oder um zusammen Spaß zu haben!



DEN GESCHMACK VON FREIHEIT



Einfache Rezepte, die mit minimalem Equipment und maximalem Genuss zubereitet werden — perfekt für gesellige Abende im Garten, beim Camping oder unterwegs. Gemeinsam kochen, lachen und genießen: So wird jeder Moment am Feuer zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Ob über den Flammen geröstetes Fleisch, in der Glut gegartes Gemüse oder rustikal-geschmorter Fisch — die Feuerküche von Petromax wird zum geschmackvollen Erlebnis, das verbindet. Mit Dutch Oven, Grillrost oder direkt in der Glut zubereitet, wird die Outdoor-küche nicht nur zum Highlight, sondern auch zum Treffpunkt für Freunde und Familie.



GEMEINSAM AM FEUER ERLEBEN

www.gu.de

€ 35,00 [D]

ISBN 978-3-7589-0248-2

