

EDEKA  
**KOCHSCHULE**



LECKER MIT LUTHER

# GEGRILLTER SCHWEINENACKEN

mit Gewürzkruste und Ananas-Gurken-Chili-Salat



Dirk Luther

LEICHT

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 50 MIN

4 PORTIONEN



# Gegrillter Schweinenacken

## mit Gewürzkruste und Ananas-Gurken-Chili-Salat

### ☛ ZUTATEN

#### FLEISCH

4 Schweinenackensteaks  
à 160 g

#### GEWÜRZKRUSTE

4 EL Koriandersamen  
1 TL Kreuzkümmelsamen  
1 TL Sesamsamen  
1 TL Ras el-Hanout  
Salz und Pfeffer aus der Mühle

#### SAUCE

2 Knoblauchzehen, geschält  
2 EL Tahini  
40 ml Olivenöl  
Saft von 1/2 Zitrone  
Salz und Pfeffer aus der Mühle

#### SALAT

1/2 süße Ananas  
2 Salatgurken  
Saft von einer Limette  
1/2 Bund fein geschnittener Koriander  
Rapsöl  
2 große rote Chilischoten,  
in feine Streifen geschnitten



Schweinenacken **Gutfleisch**



**GEWÜRZKRUSTE** Für die Gewürzkruste Koriander-, Kreuzkümmel- und Sesamsamen in einem Mörser mit Ras el-Hanout grob zerstoßen. Die Gewürze auf einem Tablett ausbreiten und Salz und Pfeffer darüberstreuen.

**SAUCE** Im selben Mörser die Knoblauchzehen mit etwas Salz zerstoßen, dann das Tahini hinzufügen und alles mit dem Stößel vermischen. Etwas Wasser angießen, bis die Mischung die Konsistenz einer dicken Sahnesauce hat. Olivenöl und Zitronensaft unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**SALAT** Die Ananas schälen, den Strunk entfernen und das Fruchtfleisch in gleichmäßige Würfel schneiden. Die Gurken schälen, die Kerne entfernen und ebenso in große Würfel wie die Ananas schneiden. Mischen, Limettensaft, Koriander und etwas Rapsöl hinzufügen und alles ein- bis zweimal durchschwenken. Mit Chilistreifen garnieren.

**FLEISCH** Die Steaks in der Gewürzmischung wenden, bis sie auf allen Seiten davon überzogen sind, und über direkter starker Hitze bei geschlossenem Deckel 6 bis 8 Minuten grillen (Kerntemperatur 56 °C), dabei einmal wenden. Wenn sich Flammen bilden, die Steaks vorübergehend über indirekte Hitze legen.

Die Steaks vom Grill nehmen, zerteilen und auf einer Platte anrichten. Mit der Tahinisaucе beträufeln und sofort servieren.



★ Pimm's No.1 ist ein 1823 vom Londoner Bar-Besitzer James Pimm erfundener Likör. Die auf Gin-Basis hergestellte Spirituose wird dank ihres frischen und fruchtigen Charakters insbesondere als Zutat leichter Longdrinks geschätzt.



## Pimm's Cup

### ☛ ZUTATEN

#### FÜR 1 LITER

250 ml Pimm's No. 1  
750 ml Zitronenlimonade  
50 g Erdbeeren, geviertelt  
1/2 Bio-Orange, in Scheiben geschnitten  
1/2 Bio-Zitrone, in Scheiben geschnitten  
1/2 Apfel, gewürfelt  
1/4 Salatgurke, in Scheiben geschnitten  
1/4 Bund Minze  
Eiswürfel



**ZUBEREITUNG** In einem großen Krug die Früchte und die Gurkenscheiben mit viel Eis vermischen. Den Pimm's und die Limonade angießen und gut umrühren. Die Minze dazugeben und sofort servieren.