

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

PULLED TURKEY-WRAP

mit Caesar Salad



Dirk Luther

Pulled Turkey-Wrap

mit Caesar Salad

ZUTATEN

KRAUTSALAT

- ½ TL Fenchelsamen
- ½ TL Koriandersamen
- ½ TL weiße Pfefferkörner
- 1/2 Kopf Weißkohl, in feine Streifen geschnitten
- 2 Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- Zucker und Salz
- 2 rote Paprikaschoten, in feine Streifen geschnitten

DRESSING

- 1 EL Apfelessig
- 200 g Mayonnaise
- 1 TL Senf
- Zucker, Salz und Pfeffer

SCHARFE TOMATENSAUCE

- 120 g feine Zwiebelwürfel
- 3 EL fein gehackter Knoblauch
- 100 ml heißer Kaffee
- 600 g Tomatenketchup
- 100 ml Worcestershiresauce
- 80 g Zucker
- 100 ml Apfelessig
- 1 rote Chilischote, fein geschnitten
- 1 TL Salz

WRAP

- 2 Pakete Pulled Turkey
- 4 Tortillafladen
- 8 Scheiben Bacon
- 8 Blätter Eisbergsalat
- 1 Schale Gartenkresse



KRAUTSALAT Fenchel-, Koriandersamen und Pfefferkörner in einer Pfanne ohne Fett rösten. Abgekühlt im Mörser grob zerstoßen.

Weißkohl- und Zwiebelstreifen in eine Schüssel geben, leicht salzen und zuckern. Mit den Händen gut vermengen und 30 Minuten ziehen lassen.

Für das Dressing Essig, Mayonnaise und Senf verrühren, mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Marinierten Kohl und Zwiebeln in ein Sieb geben und ausdrücken. In einer Schüssel mit Paprika, zerstoßene Gewürze und Dressing gut vermengen und 60 Minuten durchziehen lassen.

SCHARFE TOMATENSAUCE Alle Zutaten in einem Topf verrühren und 30 Minuten köcheln lassen. Danach in einen Mixer geben und fein pürieren. Die Sauce kalt stellen.

WRAP Das Fleisch mit der Marinade aus dem Beutel nehmen und in eine Grillschale legen. Auf dem Grill bei indirekter Hitze ca. 30 Minuten erhitzen. Nach dem Garen das Fleisch ganz einfach mit zwei Gabeln auseinanderziehen. Bacon in einer Pfanne im Öl knusprig braten, herausnehmen und auf einem Teller mit Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Eisbergsalatblätter auf die Fladen verteilen, Krautsalat, Bacon, und Pulled Turkey darauf anrichten. Mit Bratensud und der scharfen Tomatensauce beträufeln, mit der Kresse bestreuen, zusammenrollen und warm oder kalt servieren.



Pulled Turkey



Für viele Hobbygriller ist Pulled Meat die Königsklasse des BBQs. Das Fleisch muss bei geringerer Temperatur mehrere Stunden gegart werden, bis es faserig und trotzdem butterzart ist. Gutfleisch Pulled Pork, Pulled Beef und Pulled Turkey sind schonend vorgegart und fertig zubereitet. Sie müssen das Fleisch nur noch mit der Marinade aus dem Beutel nehmen und in eine Grillschale legen. Auf dem Grill rund 30 Minuten erwärmen und nach dem Grillen das Fleisch mit zwei Gabeln auseinanderziehen.



ZUTATEN

- 80 ml Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bio-Ei
- 1 EL frischer Zitronensaft
- 1 EL Worcestersauce
- 20 g fein geriebener Parmesan
- 40 g gehobelter Parmesan
- Salz und Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 1 Schale Salat-Croûtons (z. B. von „Die Frischebox“)
- 4 Römersalatherzen



ZUBEREITUNG Das Olivenöl mit den Knoblauchzehen in einem kleinen Topf handwarm erwärmen und 20 Minuten ziehen lassen. Inzwischen das Ei in kaltem Wasser aufkochen und 1 Minute kochen lassen. Herausnehmen und in kaltem Wasser abkühlen lassen. Knoblauch aus dem Öl entfernen. Das abgekühlte weichgekochte Ei mit Zitronensaft, Worcestershiresauce und dem fein geriebenen Parmesan mit Hilfe eines Pürrierstabes verquirlen, dabei das Olivenöl in einem dünnen Strahl einfließen lassen. Das Ganze mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Mit dem Dressing marinieren und mit den Croûtons und dem gehobelten Parmesan servieren.