

...die Kochsendung im OK Weinstraße

## Rezept zu Sendung #44

mit Patrick Hahn, Küchenleiter Restaurant Honigsäckel, Bad Dürkheim - Ungstein

### Wildkräutersalat mit Beeren, Sprossen und Körnern

Rezept: für 6 Pers.

#### Zutaten:

*Wildkräutersalat  
Himbeeren, Erdbeeren, Brombeeren  
(je 1 Schale)  
2 Limetten + 2 Grapefruits  
Sesam + Sonnenblumenkerne  
Olivenöl  
Honig, Salz, Pfeffer  
Erbsensprossen*



Zuerst den Salat und die Beeren waschen. Die Erdbeeren vierteln und beiseite stellen.

Dann werden die Grapefruits und Limetten ausgepresst. Zum Saft werden 2 TL Honig, Salz, Pfeffer und ein ordentlicher Schuss Olivenöl gegeben. Dann wird alles zu einem Dressing verrührt, abgeschmeckt und kurz vor dem Servieren das Dressing über den Salat gegeben, die Beeren untergemischt, die Sprossen gedrittelt und mit den Körnern dazu gegeben.

### Fladenbrot

Rezept: für ca. 6 Pers.

#### Zutaten:

*500g Mehl, 3 TL Salz  
1 Pck. Trockenhefe  
4 EL Olivenöl  
250 mL warme Milch*

Zuerst die festen Zutaten mischen, dann die flüssigen Zutaten zugeben und zu einem Teig verkneten. Gehen lassen und erneut kneten.

Beim Grillen den Pizzastein gut vorheizen (min. 20 Min.) und dann das Fladenbrot auf den Stein geben. Backzeit ca. 15 Min.

## Trilogie von Rinderfilet, Curryhuhn und Ziegenkäse

Rezept: für 2 Pers.

### Zutaten:

*Rinderfilet  
Hähnchenbrust  
1 Ziegenfrischkäse (Rolle)  
Speckscheiben (Bacon)  
Rosmarin, frisch  
1 Limette, Sesam  
Oystersauc, Sonnenblumenöl  
Salz, Pfeffer, Curry  
Weinbergpfirsiche*

Das Hähnchenfleisch wird in Tranchen geschnitten und in einer Marinade aus Öl und grobem Curry eingelegt und über Nacht im Kühlschrank gelagert.



Der Ziegenkäse wird in Speck eingerollt und direkt gegrillt.

Für das Rinderfilet wird eine Marinade aus Oystersauce, Honig, Limettenschale, fein gehacktem Rosmarin, Sesam und ggf. etwas Pfeffer hergestellt.

Das Rinderfilet wird zunächst auf beiden Seite auf dem Feuer gegrillt und später unter indirekter Hitze zur jeweils gewünschten Garstufe fertig gegrillt. Dabei werden die Filets mehrfach mit der Marinade lackiert.

Das Hähnchenfleisch wird wegen seiner kürzeren Garzeit etwas später aufgelegt oder früher von der direkten Hitze genommen. Die Weinbergpfirsiche werden nur kurz angegrillt und erwärmt.

Am Ende wird alles zusammen angerichtet.

Viel Spaß beim Grillen!

*Euer Patrick*