



ENDLICH WIEDER GRILLEN!

**Outdoor-Genuss mit den
besten Rezepten und Tricks vom Profi**

REWE
Dein Markt

**Unsere
Bayerischen
Bauern**

unsere-bauern.de



WOLLEN AUCH SIE ENDLICH MAL WIEDER AM GRILL STEHEN?

Dann geht es Ihnen wie uns, liebe Leserinnen und Leser. Kaum liegen die Eisheiligen hinter uns, zieht es uns an den Grill. Gleich ob Rind, Schwein, Geflügel oder auch Käse: Gegrilltes schmeckt immer ganz besonders. Nach Freiheit, nach Lebensfreude – und vor allem nach mehr.

Wir lieben die Vielfalt. Sie auch? Dieses Heft möchte Sie auf den Geschmack bringen, am Grill Neues zu wagen. Wie wäre es mal mit gegrillter Rinderleende im Ganzen oder Ribs vom bayerischen Strohschwein? Alle Rezepte hat Profi-Grillmeister Giuseppe Messina für Sie kreiert. Sie gelingen auf Feuer, Kohle und Gas. Und sie schmecken am besten mit regionalen Zutaten. Wissen, wo's herkommt – das zählt vor allem beim Fleisch.

Viel Spaß beim Grillen und Genießen!

PROFITIPPS FÜR DEN FLEISCHKAUF

Regionale Lebensmittel, bayerische Traditionen und internationale Trends passen perfekt zusammen. Das beweist Giuseppe Messina. Der bayerische Profikoch mit italienischen Wurzeln gilt als Meister der Geschmacksexplosionen – auch am Grill. Gute Küche verlangt gute Zutaten. Hier gibt Giuseppe seine Tipps für den Fleischeinkauf:

Fleisch aus der Region kaufen

Fleisch aus der Heimat wird nach weit höheren Standards für Tierwohl, Umweltschutz und Qualität erzeugt, als es bei Importware oft der Fall ist. Deshalb beim Einkauf immer auf die Herkunft achten.

Auf Fachleute vertrauen

Fleisch ist Vertrauenssache. Deshalb an der Fleischtheke nachfragen und sich beraten lassen.



**Giuseppe Messina,
bayerischer Grill-Profi**

Giuseppe Messina kocht aus Überzeugung mit regionalen Zutaten. Am Grill verbindet er Traditionen und Trends zu besonderen Geschmackserlebnissen.

„Beim Fleischeinkauf achte ich immer auf die Herkunft.“

Auf den Bauch hören

Wenn Sie sich nicht entscheiden können: Wählen Sie das Grillgut, das Ihnen intuitiv am meisten zusagt! In der Regel ist es auch das, was Ihnen am besten schmecken wird.



Zutaten für 4 Personen

1 Tomahawk-Steak (ca. 1,2 bis 1,5 kg)
 Grobes Meersalz
 Kräuterbutter (weich, mit Rosmarin, Thymian und/oder Petersilie)

Rosmarin, Thymian, Limonenabbrieb für zusätzliches Aroma (optional)
 Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer (zum Abschluss hinzufügen)

TOMAHAWK-STEAK VOM GRILL

Zubereitung

Das **Tomahawk-Steak** etwa eine Stunde vor dem Grillen aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Raumtemperatur annehmen kann. Auf beiden Seiten großzügig mit grobem Meersalz einreiben (optional auch mit Knoblauchpulver und gehackten Kräutern). Den Grill für direktes und indirektes Grillen vorbereiten.

Das Steak auf den heißesten Teil des Grills legen, von jeder Seite **2 - 3 Minuten scharf anbraten**. Das Steak nach dem Anbraten in die indirekte Hitzezone des Grills schieben. Bei **ca. 110 °C im geschlossenen Grill garen**, bis es die gewünschte Kerntemperatur erreicht hat (für medium rare etwa 54 °C). Das Steak vom Grill nehmen, großzügig mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer würzen.

Das heiße Steak mit der weichen Kräuterbutter bestreichen, sodass die Butter schmilzt und das Steak ein köstliches Aroma annimmt. Das Steak **10 - 15 Mi-**

nuten ruhen lassen, damit sich die Säfte verteilen können. Vor dem Servieren Steak quer zur Faser in dicke Scheiben schneiden.

Tipp: Pfeffer immer am Ende hinzufügen, damit er nicht verbrennt und bitter wird.

Chimichurri

Chimichurri passt ideal zum Tomahawk-Steak. Die scharfe Sauce stammt aus Argentinien. Hier geht's zum Rezept.



GEGRILLTES HÜFTSTEAK MIT AROMABUTTER

Zutaten für 4 Personen

4 Hüftsteaks (je ca. 220 - 250 g)

2 EL Olivenöl

Grobes Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für die Aromabutter:

Butter, Knoblauchzehen, Rosmarin oder Thymian

Linsensalat

Als ebenso schmackhafte wie farbenfrohe Beilage eignet sich ein Linsensalat. Hier geht's zum Rezept:



Zubereitung

Die Hüftsteaks etwa **30 Minuten vor der Zubereitung** aus dem Kühlschrank nehmen. Anschließend mit Olivenöl einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die **Aromabutter** in einer geeigneten Pfanne auf dem Grill die Butter zerlassen, Knoblauch und Kräuter zugeben.

Auf dem vorgeheizten Grill bei hoher Temperatur die Steaks auf dem Rost grillen, je nach Dicke und gewünschtem Gargrad (**für medium rare etwa 2 - 3 Minuten pro Seite**). Dann die Steaks in eine geeignete Pfanne legen, auf den Grill stellen und weiter garen. Währenddessen die Steaks mit der Aromabutter übergießen.

Nach dem Braten etwa **5 Minuten ruhen lassen**, damit sich die Säfte gleichmäßig verteilen können. Vor dem Servieren die Hüftsteaks quer zur Faser in Scheiben schneiden.





RIBS VOM BAYERISCHEN STROHSCHWEIN

Zutaten für 4 Personen

2 kg Schweinerippchen (Baby Back Ribs, Spare Ribs oder Schälrippe)
BBQ-Sauce zum Glasieren

Für die Rub-Marinade:

2 EL Paprikapulver (süß)
1 EL brauner Zucker
1 EL Salz
1 TL schwarzer Pfeffer
1 TL Knoblauchpulver (optional)
1 TL Zwiebelpulver (optional)
1/2 TL Cayennepfeffer (optional)

Zubereitung

Silberhaut auf der Unterseite der Rippchen entfernen. Dazu am besten mit einem Messer unter die Haut stechen und diese dann vorsichtig abziehen.

Für den Rub alle Zutaten in einer Schüssel mischen. Die Rippchen rundherum

großzügig mit der Rub-Mischung einreiben. Die Rippchen für mindestens **1 Stunde, idealerweise über Nacht im Kühlschrank marinieren.**

Grill für indirektes Grillen vorheizen (ca. 90 - 110°C). Immer zwei Rippchen zusammen zunächst in Backpapier oder Butcher Paper, dann in Alufolie einwickeln. **Die Rippchen 2 - 3 Stunden bei 120 - 130 °C garen**, bis sie zart sind. Anschließend für **10 Minuten ruhen lassen**, danach auspacken und mit der Fleischseite nach oben wieder in den Grill geben. **30 Minuten** auf dem Grill ruhen lassen und dabei alle 10 Minuten mit der BBQ-Sauce glasieren.

Ribs aus dem Grill nehmen und ein paar Minuten ruhen lassen. Dann in Portionen schneiden. **Tipp:** Die Rippchen sind fertig gegart, wenn sie sich leicht biegen lassen und sich das Fleisch an den Knochen zurückgezogen hat.

BBQ-Sauce selber machen

Eine BBQ-Sauce lässt sich einfach selber machen. Das Lieblingsrezept von Giuseppe Messina gelingt immer und schmeckt mit etwas klein geschnittener Gurke und Paprika auch als Dip köstlich. Hier geht's zum Rezept:



GEFÜLLTE KARTOFFEL MIT RINDERHACK

Zutaten für 4 Personen

- 8 große, festkochende Kartoffeln
- 250 g Rinderhackfleisch
- 200 g Ziegenkäse, zerbröckelt
- 100 g Bergkäse, frisch gerieben
- 2 Zweige frischer Majoran, Blätter abgezupft und fein gehackt
- 1 Bio-Zitrone, Abrieb und Saft
- 2 EL Tomaten, stückig
- 1 TL Cumin (Kreuzkümmel), gemahlen
- 2 EL Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer
- frische Kräuter

Zubereitung

Den Grill auf **200 °C** vorheizen. Die Kartoffeln waschen, trocknen, mit einer Gabel mehrmals einstechen, mit Olivenöl einreiben und mit Salz bestreuen. Auf dem Rost ca. **60 Minuten backen**, bis sie weich sind. In einer feuerfesten Pfanne oder auf der Plancha Olivenöl erhitzen und das Hackfleisch hinzufügen. Bei mitt-

lerer Hitze krümelig und braun anbraten. Tomatenmark und Cumin unterrühren und weiter braten, um die Aromen zu entfalten. Dann in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Majoran, Zitronenabrieb sowie die Hälfte des Ziegen- und Bergkäses untermengen.

Die weich gegarten Kartoffeln längs einschneiden, vorsichtig aufklappen und das Innere mit einem Löffel zur Hackfleischmischung geben und vermengen. Die Hackfleischmischung gleichmäßig in die Kartoffeln füllen. Den Rest Ziegenkäse und den frisch geriebenen Bergkäse darüber verteilen.

Die gefüllten Kartoffeln zurück in den Grill geben und weitere **10 - 15 Minuten backen**, bis der Käse geschmolzen und leicht goldbraun ist.

Die Kartoffeln mit einem Spritzer Zitronensaft und eventuell weiterem frischen Majoran bestreuen. Nach Wunsch mit frischen Kräutern oder einem grünen Salat als Beilage servieren.





Gegrillte Kartoffeln

Das Geschmackserlebnis ergänzen perfekt gegrillte Kartoffeln. Hier finden Sie das Rezept:



GEFÜLLTE HÄHNCHENKEULE MIT CHORIZO UND TOMATE

Zutaten für 4 Personen

- 2 Hähnchenkeulen, Knochen entfernt
- 100 g getrocknete Tomaten in Öl, abgetropft und gehackt
- 200 g Champignons, fein gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 kleine rote Zwiebel, fein gewürfelt
- 100 g Frischkäse oder weicher Ziegenkäse
- 100 g scharfe Chorizo-Salami, in kleine Würfel geschnitten
- Frische Kräuter, gehackt
- Salz und Pfeffer
- Rapsöl
- Speckscheiben zum Einwickeln

Zubereitung

Für die Füllung etwas Rapsöl auf der Plancha oder in einer feuerfesten Pfanne erhitzen. Zwiebeln und den Knoblauch darin andünsten, bis sie weich

sind. Champignons hinzugeben und braten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die Chorizo zugeben und kurz mitbraten. Zum Schluss die getrockneten Tomaten und die frischen Kräuter einrühren. Die Mischung in einer Schüssel abkühlen lassen und dann mit dem Frischkäse vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Grill auf 140 °C vorheizen. Die indirekte Grillmethode vorbereiten.

Die Hähnchenkeulen mit der Mischung füllen und mit Küchengarn oder Zahnstochern verschließen. Außen mit Salz, Pfeffer und ein wenig Rapsöl würzen. Danach in Speck oder ein Schweinenetz einwickeln.

Die Hähnchenkeulen auf den indirekten Teil des Grills geben. Etwa **45 - 60 Minuten grillen**, bis sie durchgegart sind. Vor dem Servieren die Hähnchenkeulen kurz ruhen lassen.

SMASHED BACON CHEESEBURGER

Zutaten für 4 Burger

600 g hochwertiges Rinderhackfleisch
(Fettgehalt am besten ca. 20 %)

8 Scheiben Bacon

4 hochwertige Burgerbrötchen

Geriebener Bergkäse (Menge nach Geschmack)

4 EL Sauerrahm-Meerrettich-Mayonnaise (s. u.)

4 Salatblätter

1 Tomate, in Scheiben geschnitten

1 rote Zwiebel, in dünne Ringe geschnitten

BBQ-Sauce, nach Geschmack

Butter oder Öl zum Anbraten

Sauerrahm-Meerrettich-Mayonnaise:

3 EL Mayonnaise

1 EL Sauerrahm

1 TL frischer Meerrettich
(oder nach Geschmack)

Eine Prise Salz, etwas Zitronensaft

Zubereitung

Den **Bacon** auf dem Grill knusprig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und beiseitestellen. Für die **Sauerrahm-Meerrettich-Mayonnaise** alle Zutaten gründlich in einer kleinen Schüssel verrühren und abschmecken. Den Meerrettichgehalt nach Geschmack anpassen.

Das **Hackfleisch** in 8 gleich große Kugeln formen. Nicht zu fest drücken, um die Textur locker zu halten. Die **Burgerbrötchen** halbieren und die Schnittflächen leicht buttern. Auf dem Grill goldbraun anrösten und beiseitestellen.

Feuerfeste Pfanne oder Plancha stark erhitzen. Ein wenig Butter oder Öl hinzufügen. Die Fleischkugeln mit genügend Abstand zueinander setzen. Sofort mit Spatel oder Burgerpresser kräftig flach drücken, bis sie eine **Dicke von ca. 1 cm** haben. Nur einmal wenden, sobald die Unterseite schön gebräunt ist. Kurz vor dem Fertigbraten den geriebenen **Bergkäse auf jedes Patty** legen, damit dieser



schön schmelzen kann. Die Unterseite jedes Brötchens mit je 1 EL Sauerrahm-Meerrettich-Mayonnaise bestreichen, ein Salatblatt darauflegen, dann Tomatenscheiben und Zwiebelringe. Zwei Patties mit geschmolzenem Käse

aufeinanderlegen, darauf Bacon platzieren. Mit BBQ-Sauce nach Geschmack toppen und die obere Brötchenhälfte aufsetzen.



GEGRILLTE RINDERLENDE IM GANZEN

Zutaten für 4 Personen

- 1 Rinderleende (ca. 1 - 1,5 kg)
Rapsöl
- 2 Knoblauchzehen, fein gerieben
- 2 TL frischer Rosmarin, gehackt
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Die Rinderleende bei Raumtemperatur etwa **30 Minuten vor dem Grillen ruhen lassen**. Mit Öl einreiben, dann mit Knoblauch, Rosmarin, Salz und Pfeffer großzügig würzen. Die Lende mit einem Bratengarn binden.

Den Grill für indirekte Hitze vorbereiten und auf etwa **110 °C** heizen.

Die Lende auf die indirekte Hitze legen und den Deckel des Grills schließen. Für medium rare eine Kerntemperatur von ca. 54 °C anstreben. Optional danach

die Lende von allen Seiten kurz scharf anbraten, damit eine Kruste entsteht. Die Lende vom Grill nehmen, in Alufolie wickeln und **10 - 15 Minuten ruhen lassen**, damit sich die Säfte gleichmäßig verteilen können.

Vor dem Servieren die Lende in Scheiben schneiden.

Kartoffelgratin vom Grill

Ein Gratin lässt sich auch auf dem Grill zubereiten. Hier geht's zum Rezept:



REWE: EINKAUFEN MIT GUTEM GEFÜHL

Wir alle vertrauen den Dingen am meisten, deren Ursprung wir kennen. So ist es auch bei Lebensmitteln. Was aus unserer Region stammt, unterliegt hohen Standards, legt kurze Wege zurück und kommt frisch in die Regale. Seit Jahren baut REWE Süd das Angebot an regionalen Produkten konsequent aus – in allen Warengruppen. Dabei setzen die bayerischen Märkte auf das Siegel „Geprüfte Qualität – Bayern“ (siehe Infokasten). Für REWE Süd ist dieses Engagement für regionale Produkte auch ein klares Bekenntnis zur heimischen Landwirtschaft.

Fleisch ist Vertrauenssache. Regionalität ist hier umso wichtiger. Mittlerweile kommen 95 Prozent des Fleisches in den Metzgerei-Theken der REWE Süd von bayerischen Bauernhöfen. Fleischgenuss und Tierwohl gehören für REWE zusammen.



„Bayerisches Bauernrind“

Haltung und Herkunft: Dies ist die Maxime der bayerischen REWE-Märkte, die den Weg zu mehr Tierwohl Hand in Hand mit der heimischen Landwirtschaft gehen. So wird REWE in Bayern das Rindfleischangebot an den Metzgerei-Theken im Laufe des Jahres 2024 auf die Haltungsform 3 umstellen. Dies bedeutet für das „Bayerische Bauernrind“ zwischen 40 und 50 Prozent mehr



Platz, Laufstallhaltung mit ganzjährig nutzbarem Laufhof bzw. Weidegang oder Haltung im Offenfrontstall.

„Bayerisches Strohschwein“

Auch das „Bayerische Strohschwein“-Programm baut REWE Süd massiv aus. Das heißt für jedes Tier: 40 Prozent mehr Platz, Stroh im Liegebereich und zur Beschäftigung sowie Tageslichtgarantie durch Fenster oder Offenstall. Ebenfalls in Haltungsform 3 gibt es das „Bayerische Bauernhähnchen“. Selbstverständlich werden die Landwirte für ihren Mehraufwand fair honoriert.



Das Siegel für heimische Qualität

Das Programm „Geprüfte Qualität – Bayern“ (GQB) verfolgt die Qualitätssicherung regionaler Lebensmittel in der gesamten Lebensmittelkette. Es schreibt Anforderungen an die Produktqualität sowie klare Auflagen an Produktion und Verarbeitung vor, deren Einhaltung von zugelassenen, privatwirtschaftlichen Zertifizierungsstellen und unter staatlicher Aufsicht kontrolliert wird. Fleisch, das dieses Siegel trägt, stammt von Tieren, die zu 100 Prozent durchgängig in Bayern geboren, gehalten, geschlachtet sowie zerlegt und verarbeitet wurden.

BURRITOS MIT BARBACOA UND FRISCHKÄSE

Zutaten für 4 Personen

Für die Barbacoa:

- 1,5 kg Schweinehals,
in große Stücke geschnitten
- 3 - 4 grüne Chilis, entkernt und klein
gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, gerieben
- 1 große Zwiebel, grob gehackt
- 1/4 Tasse Apfelessig
- Saft und Zeste von 2 Orangen
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1/2 TL gemahlener Zimt
- Salz und frisch gemahlener schwarzer
Pfeffer, nach Geschmack
- 1 Tasse Rinderbrühe oder Wasser

Sonstiges:

- Große Weizen- oder Maistortillas

Für die Frischkäsefüllung:

- 200 g Frischkäse
- 100 g Joghurt
- Saft von 1 Limette
- 2 rote Zwiebel, fein gehackt
- 2 EL frischer Koriander, gehackt
- Salz und frisch gemahlener schwarzer
Pfeffer nach Geschmack

Zusätzliche Füllung:

- 1 Römersalat, fein geschnitten
(oder kleiner Eisbergsalat)
- 2 Tomaten, grob gewürfelt
- 200 g Käse, gerieben
(Bergkäse, Emmentaler, Gouda)
- 1/2 Tasse rote Zwiebel, in dünne
Scheiben geschnitten
- 1/4 Tasse frischer Koriander, gehackt
- Limettensaft zum Beträufeln

Zubereitung auf der nächsten Seite.



Zubereitung

Für die **Barbacoa-Füllung** alle Zutaten vermengen und abgedeckt **über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen**. Fleisch aus der Marinade nehmen, gut trocken tupfen. Mit etwas Öl einreiben und scharf in einer feuerfesten Pfanne oder auf der vorgeheizten Plancha anbraten. Dann Fleisch in einen Dutchoven, Römertopf oder Bräter geben, mit der Marinade übergießen und mit Brühe oder Wasser auffüllen, bis es bedeckt ist. Den Deckel auflegen und indirekt bei **ca. 130 °C für 3 Stunden** garen, bis sich das Fleisch mit der Gabel zupfen lässt.

Fleisch aus dem Bräter nehmen und mit der Gabel zupfen. Den Schmorfond durch ein Sieb gießen, in einem Topf auf ein Drittel reduzieren lassen und zum Fleisch geben.

Für die **Frischkäsefüllung** Frischkäse, Joghurt und Limettensaft mit roten Zwiebeln, Koriander, Salz und Pfeffer gut verrühren.

Die **Tortilla** auf beiden Seiten kurz angrillen, auf die Arbeitsfläche legen.



Etwas von der Frischkäsefüllung darauf verstreichen. Barbacoa nach Geschmack darauf verteilen. 1 - 2 EL des Schmorfonds dazugeben, gefolgt von Salat, Tomate, Käse, roten Zwiebel und frischem Koriander. Mit einem Spritzer Limettensaft abschmecken. Die Tortilla-Seiten leicht über die Füllung klappen, dann von der unteren Seite fest aufrollen, so dass ein Burrito entsteht.

Optional: Für eine knusprige Außenseite die Burritos auf einem Grill von beiden Seiten kurz anbraten. Vor dem Servieren in der Mitte durchschneiden.

DAS KLEINE EINMALEINS DES GRILLENS

Grillen, sagt Giuseppe Messina, „ist nichts anderes als draußen kochen“. Alles, was man in der Küche auf dem Herd und im Backofen brät und schmort, lässt sich auch auf einem handelsüblichen Gas-, Holz- oder Kohle-Grill zubereiten – mit feuerfestem Zubehör und der richtigen Technik.

Direkte oder indirekte Hitze?

Bei direkter Hitze erfüllt der Grill die Funktion eines Herds. Wie in der Pfanne gart das Grillgut direkt über der Glut. Beim Grillen mit indirekter Hitze gart das Grillgut seitlich daneben – und erfährt dieselbe Behandlung wie in einem Umluftbackofen. Die Hitze verteilt sich schön gleichmäßig um das Grillgut und sorgt dafür, dass oben und unten nichts anbrennt.

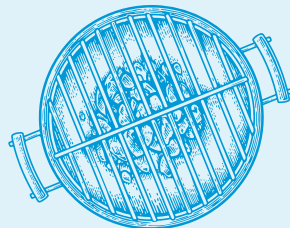
Ein Steak zum Beispiel sollte bei direkter Hitze auf dem Grill kurz und scharf angebraten werden – erst die eine Seite, dann die andere. Bei großen Stücken wie etwa einem Tomahawk muss man das Fleisch mehrmals wenden, bis es medium rare ist (Kerntemperatur 54 - 58 °C).

Draußen schmoren: Dutchoven, Römertopf & Co.

Auch Schmoren, also das Garen in Flüssigkeit, gelingt mit feuerfesten Formen auf dem Grill. Zum Beispiel in einem Römertopf, einer Jenaer Glasform oder einem Dutchoven. Letzteren nutzten ursprünglich Cowboys am Lagerfeuer.

Backpapier oder Butcherpapier plus Alufolie nutzen

Etliche Rezepte verlangen, das Grillgut in Alufolie einzuschlagen. Giuseppe Messina weiß, wie es noch aromatischer wird: „Das Grillgut erst in handelsübliches Backpapier oder spezielles Butcher Paper einschlagen, dann in Alufolie einwickeln. Das macht das Fleisch noch aromatischer.“





Chili für mehr Schärfe

Dieses Rezept lässt sich leicht an die Vorlieben der Gäste anpassen. Die Auswahl an Gemüse kann variiert werden. Wer es gerne etwas schärfer mag, fügt zusätzlich ein paar Scheiben frische oder eingelegte Chili hinzu.

BURGER MIT GRILLKÄSE UND ANTIPASTI

Zutaten für 4 Personen

- 4 Halloumi Grillkäse
- 4 Burgerbrötchen
- 1 Zucchini, in Scheiben geschnitten
- 1 rote Paprika, in breite Streifen geschnitten
- 1 Aubergine, in Scheiben geschnitten
- 1 Tomate, in Scheiben geschnitten
- frische Salatblätter

Für die Pesto-Creme:

- 100 g Frischkäse
- 2 EL grünes Pesto (selbst gemacht oder gekauft)
- Salz und Pfeffer, zum Abschmecken
- BBQ-Soße

Zubereitung

Den Grill vorheizen. Alle Gemüsesorten waschen und in die gewünschte Form schneiden. Die Zucchini, Aubergine und Paprika leicht mit Olivenöl einpinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Das

Gemüse und den Grillkäse auf den Grill legen. Das Gemüse sollte gelegentlich gewendet werden, bis es weich ist. Grillkäse nach Packungsanweisung grillen, bis er außen schön gebräunt und innen weich ist.

Für die **Pesto-Creme** währenddessen Frischkäse und Pesto in einer Schüssel gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für eine dünnere Konsistenz kann ein wenig Olivenöl oder Wasser untergerührt werden.

Die **Brötchen** aufschneiden und die Schnittflächen kurz auf den Grill legen, bis sie leicht geröstet sind.

Auf die untere Hälfte des Brötchens zuerst einen großzügigen Löffel der Pesto-Creme streichen. Darauf Salatblätter legen, dann das gegrillte Gemüse schichten, den gegrillten Käse daraufsetzen und einige Tomatenscheiben hinzufügen. Die obere Brötchenhälfte mit BBQ-Soße einstreichen und drauflegen.



LEBENSMITTEL AUS DER HEIMAT: DAS SOLLTEN SIE WISSEN!

Wann haben Rosenkohl oder Mirabeln Saison? Wie sieht es in einem Milchviehbetrieb aus? Und wie bestellt man eigentlich einen Kartoffelacker? Nur wenige Menschen, die nicht selbst in der Landwirtschaft arbeiten, kennen die Antworten. Obwohl uns Lebensmittel tatsächlich am Leben halten, bleiben Erzeugung und Verarbeitung von Fleisch, Gemüse, Obst und Co. al-

lenfalls Randthemen. Sie wollen mehr erfahren? Unsere Bayerischen Bauern sind für Sie da!

Der gleichnamige Verein, dem zahlreiche landwirtschaftliche Betriebe und Verbände aus Bayern angehören, möchte die Erfahrungen, das Wissen und das Engagement bayerischer Bäuerinnen und Bauern mit möglichst

vielen Menschen teilen. Auf der Internetseite und in den sozialen Medien finden Sie viele spannende Porträts, Videos und Hintergrundberichte aus Bayerns Landwirtschaft. Und Sie erhalten jede Menge nützlicher Tipps fürs Einkaufen, Kochen, Backen und Genießen mit Lebensmitteln aus der Heimat. Hier erwarten Sie auch Überraschungen. Oder hätten Sie gewusst, dass Sie auch Wasserbüffel-Steaks, Quinoa oder Melonen aus Bayern bekommen?

unsere-bauern.de



**Eva-Maria Haas,
Geschäftsführerin
Unsere Bayerischen
Bauern e.V.**

„Wir verdanken der bayerischen Landwirtschaft nicht nur täglich frische, hochwertige Erzeugnisse, sondern auch eine einzigartige Kulturlandschaft.“

Gewinnen Sie eine Kiste voll bayerischer Schmankerl!

Sie lieben regionale Lebensmittel? Unsere Bayerischen Bauern verlosen regelmäßig **Bayernkisten** mit Produkten von „dahoam“. Einfach mitmachen und gewinnen unter: unsere-bauern.de



LUST AUF NOCH MEHR GENUSS? HIER FINDEN SIE UNSERE LIEBLINGS- REZEPTE!

Typisch bayerische Schmankerl aus der Bauernküche, raffinierte Kreationen von Spitzenköchinnen und -köchen, verlockende Desserts von der Milchkönigin – Lieblingsrezepte für jeden Gang und jeden Anlass finden Sie in der Sammlung von Unsere Bayerischen Bauern.

