



Rubrik: Vom Grill

Gegrillter Schweinebauch in Scheiben

Wenn es ohne große Umstände und relativ schnell am Grill gehen soll, sind Schweinebauch-Scheiben gut geeignet. In manchen Gegenden, so z. Bsp. in Oberfranken, sind die gegrillten Schweinebauch-Scheiben regelrecht Kult. Zwar sind sie auf Grund des Fettgehalts nicht jedermanns Geschmack, aber auch genau deswegen einfach saulecker. Bitte lasst die Finger von diesen fertig gewürzten, ölig marinierten Scheiben, die bessere Alternative ist selber machen.

Gewöhnlich sind die Schweinebauch-Scheiben ca. 1cm dick. Als Würze verwende ich zusätzlich zum Salz eine Gewürzmischung aus Majoran, Paprika, Zwiebelpulver, Knoblauchpulver, Pfeffer, Kümmel und Wacholderbeeren. Alles zusammen wird im Mörser zerkleinert oder im Mixer gemahlen und großzügig auf den Bauchscheiben verteilt.

Eine genaue Zusammenstellung findet ihr in meiner Gewürzecke, unter "Schweinebauch".

Nun nehmt ihr etwas Bier eurer Wahl und etwas guten Senf und rührt daraus eine Marinade. Mit einem Marinierpinsel oder einem Löffel tupft oder streicht ihr nun diese Marinade noch auf die gewürzten Bauchscheiben und lasst diese für ein paar Stunden, besser natürlich über Nacht im Kühlschrank ruhen. Das Bier und der Senf helfen, das Fleisch mürbe zu machen, der Majoran und der Kümmel schmecken nicht nur fantastisch zum Fleisch, sondern helfen die fettige Speise bekömmlicher zu machen.

Nehmt die Bauchscheiben mindestens eine halbe Stunde vor dem Grillen aus dem Kühlschrank und lasst sie temperieren. Sie können natürlich über der direkten Hitze, also auch auf dem Säulengrill gegrillt werden. Aber Vorsicht, nach durch kommt direkt "Schuhsohle". Wer einen Deckel auf seinem Grill hat, kann die Bauchscheiben auch in der indirekten Hitze gar ziehen. Macht einfach einen Anschnitt und probiert, aber nicht alles auf einmal :-)

Die Bauchscheiben brauchen nur ein paar Minuten von jeder Seite.



Ich persönlich kann mit der Kruste, also der Schwarte nicht viel anfangen und schneide sie lieber ab, für Andere ist diese das Beste an den Bauchscheiben. Falls eure Schwarte nicht knackt, fädelt die Bauchscheiben einfach auf zwei dünne Spieße und hängt sie mit der Schwarte nach unten noch einmal direkt über die Hitze. So kann die Schwarte aufploppen und eure Bauchscheiben werden nicht trocken. Zusammen mit Grillkartoffeln ist es trotz seiner Einfachheit ein richtig schmackhaftes, uriges Grillgericht.

