REZEPT: SRF GRILL-UELI / ©FOTO: ID-MANSER

Gitzischlegel mit Appenzeller

Gesamtzeit: 1 h 10 min Aktivzeit: 40 min Marinieren: 1 Tag Einfach

Zutaten 4 Personen

1 Schlegel vom Appenzeller Gitzi
(ca. 800–1000 g)
35 g Fleischgewürz
100 g Alpenbitter
50 g Waldhonig
50 g Senf mild (blau)
5 g Knoblauch frisch gepresst

Nährwert Portion

(ohne Frühlingsgemüse)
577 kcal
33 g Fett
6 g Kohlenhydrate
57 g Eiweiss

Zubereitung

1. Alle Zutaten zu einer Marinade gut vermengen.
2. Gitzischlegel am Schenkelknochen mit einem Messer rundherum anlösen, so, dass der Knochen sauber ist.
3. Den Gitzischlegel mit der gesamten Marinade marinieren, vakuumieren und im Kühlschrank 1 Tag ziehen lassen.
4. Das Fleisch 2 Stunden vor dem Grillieren aus dem Kühlschrank nehmen, Marinade behalten. Im vorgeheizten Grill bei 200 °C indirekt grillieren, bis die Kerntemperatur von 85 °C erreicht ist. Während dem Grillieren alle 10 Minuten mit der Marinade überstreichen.
5. Aus dem Grill nehmen, und vor dem Anschneiden ca. 6 Minuten mit Alufolie abgedeckt ruhen lassen.

Dieses leichte, feinaromatische Fleisch mit seiner würzig-krossen Kruste passt wunderbar zu Frühlingsgemüse. En Guete!

Weissbadstrasse 86 Appenzell Steinegg AI
Telefon 071 787 36 35
Bahnhof Hauptstrasse 21 Speicher AR
Telefon 071 780 01 19
www.appenzellerfleisch.ch

appenzeller fleisch
UND FEINKOST