

MÄNNERAKTIONSTAG ON FIRE

DIE EINKAUFLISTE

ROSMARIN-STRIPS VOM HOHEN ROASTBEEF

Pro Person:

- Steak 250g
- Grobes Salz und schwarzer Pfeffer
- Zweig Rosmarin
- 1 Scheibe Speck
- Küchengarn

HOT DOG BUNS

Rezept für 4 Buns :

- 15g Hefe
- 2 EL Zucker
- 100ml lauwarme Milch
- 150g Weizenmehl 405 + etwas Mehl zum Ausrollen
- 1 Ei, 1 Eigelb zum Bepinseln
- 1TL Salz
- 20g weiche Butter

Vor dem Männeraktionstag erledigen: Aus den Zutaten einen Teig herstellen. 1 Stunde an einem warmen Ort ruhen lassen. Dann Kugeln a 100g formen und nochmal 20 Minuten ruhen lassen. Die Kugel dann in Hotdoglänge ausrollen und ziehen, von breiter Seite aufrollen, Enden nach unten klappen und in Form bringen. Nochmal 10 Minuten gehen lassen. Dann mit Eigelb bepinseln und auf dem Grill bei ca. 180° indirekt 15-20 Minuten grillen (oder im Backofen).

SCHWEINEKOTELETT IN BIERMARINADE

Pro Person:

- Kotelett 250g
- 20g Zwiebelwürfel
- 5g Knoblauchwürfel
- ¼ Lorbeerblatt
- 0,2ltr Bier (Schwarzbier)
- Pfeffer, Salz, Paprikapulver süß

Vor dem Männeraktionstag erledigen: Koteletts mit Salz, Pfeffer und Paprika einreiben. Einlegen in Zwiebel, Knoblauch, Lorbeer und Bier über Nacht.

MACHO MAN HOT DOGS

Pro Person :

- 2 Macho Man Würste á 80g
- 2 Hot Dog Buns
- 2 Essiggurkenscheiben 5g
- Chilischoten fein gehackt 15g
- Zwiebelwürfel
- Dazu Thaisoße oder Barbecuesoße

BIER EMPFHELUNGEN ZUM MENÜ

- Dunkler Bock
- Hopfiges Pils
- Dunkels Weizen

Das Fleisch kann beim Metzger deines Vertrauens gekauft oder online bei www.gaumenguerrilla.de bestellt werden.