

Mai/Juni 2021

en Guete

BURGERS ON FIRE

Feine Burger vom Grill: Tipps, Tricks und Rezepte.



Schweiz. Natürlich.



Lang gegart,
blitzschnell weg.



Der Pulled Pork Burger zeigt, dass Fast Food durchaus «slow» sein kann: Langsam im Ofen gegart, wird das Schweinsschulterstück für die Füllung unglaublich zart und saftig. Probieren Sie's selbst – mit unserer Videoanleitung auf schweizerfleisch.ch. Dort erwarten Sie auch noch 55 weitere Zubereitungen für jeden Geschmack, mit Videos und Bildstreifen.



Der feine Unterschied.

WERDEN SIE BURGER-MEISTER*IN

Liebe Leserin, lieber Leser

Der Sommer ruft, der Grill läuft. Doch was kommt darauf? Immer wieder gerne ein saftiger Burger. Das heiss geliebte Sandwich aus den USA ist längst nicht mehr nur Fast Food, sondern genussvoller Grill-Event mit Familie oder Freunden. Dabei gilt: Selbst gemacht ist besser. Das gilt auch für die Brötchen.

Deshalb zeigen wir Ihnen, wie das Fleisch optimal eingeklemmt schmeckt – zum Beispiel mit einem selbst gebackenen Brioche-Bun. Zudem gibts die wichtigsten Tipps und Tricks, wie Ihre Burger auf dem Grill garantiert gelingen, und vier herzhaftere Burger-Variationen zum Nachmachen und Reinbeissen.

*en Guete,
Ihre Schweizer Metzger*



*Tipps von
Ihrem Metzger*



Die Mischung macht's

Wählen Sie die Fleischmischung ganz nach Ihren Vorlieben. Ihr Metzger berät Sie gerne und bietet Ihnen Fleisch in gewohnt bester Qualität.



Patties übrig?

Gefroren lassen sich überzählige Burger-Patties problemlos bis zu 6 Monate aufbewahren. Weiteres Plus: Zuvor gefroren, bleiben sie auf dem Grill besser in Form. Mehr dazu auf Seite 4/5.



Machen Sie sie platt

Damit der Bratling beim Grillieren schön flach bleibt und sich nicht nach aussen wölbt: Drücken Sie mit dem Daumen eine leichte Vertiefung ins rohe Patty.

TIPPS UND TRICKS FÜR DEN PERFEKTEN GRILL-BURGER

Der Grill ist betriebsbereit und die Burger-Freunde sind eingeladen. Aber welches Fleisch soll ich kaufen? Und wie werden meine Burger schön saftig? Hier finden Sie Antworten auf alle Burger-Fragen.

WIE WÜRZE ICH DAS PATTY RICHTIG?

Auch hier entscheiden Sie nach Ihrem Gusto. Wir empfehlen, der Hackmasse etwas gehackte Zwiebeln, Sojasauce, Salz, Pfeffer und Paprikapulver beizumengen. Letzteres karamellisiert beim Grillieren und gibt dem Burger herrliche Röstaromen.

WELCHE BUNS EIGNEN SICH AM BESTEN?

Am allerbesten schmeckt der Burger mit einem luftigen, selbst gemachten Brötchen. Auf der nächsten Doppelseite finden Sie die Schritt-für-Schritt-Anleitung für ein Brioche-Bun, auf schweizerfleisch.ch/burger haben wir drei weitere feine Rezepte für Sie auf Lager. Wenn Sie sich den Aufwand sparen möchten, entscheiden Sie sich für frische Brötchen aus Ihrer Bäckerei, zum Beispiel für ein Ciabatta.



WELCHES FLEISCH FÜRS PATTY?

Für wen? Keine Sorge, «Patty» ist der Fachbegriff für das Herzstück jedes Burgers, das runde Hackfleischsteak. Bei der Fleischsorte zählt einzig Ihr Geschmack: Von 100% Rindfleisch über gemischt (z. B. 80% Rind, 20% Schwein) bis zu Poulet ist alles möglich. Wichtig: Damit das Patty nicht trocken wird, braucht es einen Anteil Fett von 20–25%. Lassen Sie sich das Fleisch vom Profi hacken – je feiner, desto besser.

WELCHE GRÖSSE UND WELCHE FORM SIND RICHTIG?

Teilen Sie die zuvor kalt gestellte Hackmasse in gleichmässige Portionen, welche Sie zu runden, lockeren Bällchen formen. Drücken Sie diese möglichst in einem Mal (evtl. leicht kneten) zu runden Scheiben von ca. 1 cm Höhe und ca. 10 cm Durchmesser. Damit die Patties auf dem Grill in Form bleiben, können Sie sie vorher einfrieren – gut geschützt und mit Backpapier voneinander getrennt. Vor dem Grillieren sollten sie bei 5 °C im Kühlschrank antauen.

WELCHE ZUTATEN GEHÖREN IN EINEN BURGER?

Traditionell gehören in einen Burger Ketchup, Mayonnaise oder Senf. Aber Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt – finden Sie Ihre eigene Kombination. Dies gilt auch für die Belegzutaten. Wie wärs z. B. mit Zwiebelringen im Bratspeckmantel oder mit Tomatenchutney anstatt der üblichen frischen Scheibe?

MIT DIREKTER ODER INDIREKTER HITZE GRILLIEREN?

Grillieren Sie die Patties über der direkten Hitze bei geschlossenem Deckel während 6 bis 8 Minuten. Bei Halbzeit einmal wenden. Lassen Sie das Fleisch danach bei indirekter Hitze noch ca. 2 Minuten ruhen.

WIE HEISS MUSS DER GRILL SEIN?

Grillieren Sie Ihr Patty bei ca. 230 °C auf dem vorgeheizten Grill. So erhält das Fleisch eine knusprige Kruste, bleibt aber innen schön saftig.

DAS RICHTIGE DRUMHERUM: BRIOCHE-BRÖTCHEN

Jeder Burger schmeckt besser mit einem selbst gemachten Brötchen, auch Bun genannt. Wir zeigen Ihnen, wie Sie das Brioche-Bun für Ihren Burger ganz einfach selber machen.

SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG

1. Mehl, Salz, Zucker und Hefe in einer Schüssel vermischen. Lauwarme Milch dazugeben und alles zu einem weichen, glatten Teig verkneten. Dann die Butter und die Hälfte der Eier darunterkneten – am besten mit der Küchenmaschine oder mit den Knethaken des Mixers.

2. Teig aus der Schüssel nehmen und zu einer Kugel formen. Schüssel mit heissem Wasser ausspülen, den Teig hineingeben und leicht bemehlen. So mit einem Küchentuch bedeckt ca. 1 Stunde bei Raumtemperatur aufgehen lassen.

Für 6 Personen

300 g	Mehl
1 TL	Salz
30 g	Zucker
½ Würfel	Frischhefe, zerbröckelt
2 dl	Milch, lauwarm
30 g	flüssige Butter
2	Eier
1 EL	Milch
1 Prise	Salz
1 EL	Sesam

3. Teig aus der Schüssel nehmen, auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche legen. Den Teig mit einem Spachtel oder mit einem Messer in 6 gleiche Portionen teilen und diese zu gleichmässigen Kugeln formen.

4. Teigkugeln mit Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Mehl bestäuben, vorsichtig mit einem Tuch bedecken. So nochmals ca. 2 Stunden aufs Doppelte aufgehen lassen. Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 160 °C) vorheizen. Restliches Ei mit wenig Milch (beides nicht kalt!) und Salz verklopfen. Die aufgegangenen Teigkugeln mit der Milch-Ei-Mischung bestreichen und mit Sesam bestreuen.

5. Die Buns im vorgeheizten Ofen 20–25 Minuten auf der untersten Schiene backen, dann auf einem Gitter auskühlen lassen.

3 weitere knusprige Buns für perfekte Burger finden Sie auf schweizerfleisch.ch/burger

Burger-Brötchen auf Vorrat

Teigkugeln nur 10 Minuten backen, auskühlen lassen und gut verpackt einfrieren (bis ca. 4 Monate). Für den Gebrauch auftauen lassen und im vorgeheizten Backofen auf der unteren Schiene bei 180 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 160 °C) 10–15 Minuten fertigbacken.

BBQ-Rinds-Burger mit Kräuterspeck und Basilikum

für 6 Personen

Zutaten

1 kg	Hackfleisch vom Schweizer Rind (z. B. von der Brust, fein durchgelassen)
120 g	Kräuterspeck vom Schweizer Schwein Pfeffer aus der Mühle
1 TL	Paprikapulver, mild
6 EL	BBQ-Sauce
1 kg	Kartoffeln fest kochend
2 EL	Olivenöl Salz Cayennepfeffer
2 Zweige	Thymian
4 EL	Pflanzenöl
3 Zweige	Basilikum
500 g	Ochsenherz-Tomaten Fleur de Sel
6	klassische Buns*
	Salatblätter nach Belieben
2	Burratas à ca. 125 g

* Das zum Rinds-Burger passende Bun zum Selbermachen finden Sie auf schweizerfleisch.ch/burger

 **Zubereiten**
ca. 45 Minuten

 **Nährwerte**
1 Portion enthält ca.:
955 kcal | 55 g Eiweiss
49 g Fett | 72 g Kohlenhydrate

Zubereitung

1 | Hackfleisch in eine Schüssel geben. Pfeffer, Paprikapulver und einen Viertel der BBQ-Sauce zugeben. Mit einer Gabel locker vermengen. Nicht kneten. Mindestens 30 Minuten abgedeckt kalt stellen.

2 | Kartoffeln waschen, in Schnitze schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit Olivenöl, Salz, Cayennepfeffer und Thymian mischen und 30 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 220 °C (Umluft 200 °C) backen. Öl in einer kleinen Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, Basilikum von den Stielen zupfen und darin 2–3 Minuten frittieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Beiseite stellen.

3 | In der Zwischenzeit Tomaten waschen und in dicke Scheiben schneiden. Hackfleisch in sechs gleich grosse Portionen teilen, lockere Bällchen formen und zu runden Patties von 1–2 cm Höhe und 10 cm Durchmesser flach drücken. Eventuell leicht kneten. Auf dem vorbereiteten Grill bei direkter Hitze ca. 6–8 Minuten saftig grillieren. Dabei einmal wenden. Patties bei indirekter Hitze kurz ziehen lassen und mit Fleur de Sel würzen.

4 | Tomaten und Kräuterspeck auf beiden Seiten je 1–2 Minuten bei direkter Hitze grillieren. Buns halbieren und die Schnittflächen kurz bei indirekter Hitze goldgelb rösten.

5 | Burrata abtropfen lassen und in Scheiben schneiden. Nach Belieben mit Salatblättern, dem Rinds-Patty, restlicher BBQ-Sauce, grillierten Tomaten, grilliertem Kräuterspeck, Burrata und frittiertem Basilikum belegen.

6 | Country Cuts zum Burger servieren.



Trüffelöl-Kalbs-Burger mit Kartoffeln und Pimientos

ÖL WOHLDOSIEREN

Beim Trüffelöl ist etwas Vorsicht geboten, es kann schnell zu intensiv werden.



für 6 Personen

Zutaten

1 kg	Hackfleisch vom Schweizer Kalb (z. B. von der Brust, fein durchgelassen)
12 Scheiben	Bratspeck vom Schweizer Schwein
4 Stiele	Peterli
1 EL	Trüffelöl
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
3	Tomaten
1 kg	kleine Kartoffeln
	Meersalz
400 g	Pimientos de Padrón
3 EL	Olivenöl
6	Brioche-Buns*
6	Eier
40 g	Butter
	Salatblätter nach Belieben
6 EL	Mayonnaise

* Das zum Kalbs-Burger passende Bun zum Selbermachen finden Sie auf den Seiten 6 und 7.

Zubereitung

1 | Hackfleisch in eine Schüssel geben. Peterli fein hacken und untermischen. Trüffelöl und Pfeffer dazugeben. Mit einer Gabel locker vermengen. Nicht kneten. Mindestens 30 Minuten abgedeckt kalt stellen.

2 | Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln waschen, in einen Topf geben, mit etwas Wasser bedecken, salzen (1 EL Salz pro kg Kartoffeln) und ohne Deckel aufkochen. Bei milder Hitze kochen, bis das Wasser komplett verkocht ist. Pimientos in einer kleinen Grillschale mit Olivenöl 5–6 Minuten grillieren, mit etwas Meersalz bestreuen. Beide Gemüse warm stellen.

3 | Hackfleisch in sechs gleich grosse Portionen teilen, lockere Bällchen formen und zu runden Patties von 1–2 cm Höhe und 10 cm Durchmesser flach drücken. Eventuell leicht kneten. Auf dem vorbereiteten Grill bei direkter Hitze ca. 8–10 Minuten saftig grillieren. Dabei einmal wenden. Patties bei indirekter Hitze kurz ziehen lassen und mit Meersalz würzen.

4 | Speck kurz bei direkter Hitze knusprig grillieren. Brioche-Buns halbieren, die Schnittflächen kurz bei indirekter Hitze goldgelb rösten. Eier portionsweise in der Butter braten.

5 | Buns nach Belieben mit Salat, Mayonnaise, je einem Kalbs-Patty, Tomaten und Spiegelei belegen. Pimientos de Padrón und Kartoffeln dazu servieren.

 **Zubereiten**
ca. 60 Minuten

 **Nährwerte**
1 Portion enthält ca.:
958 kcal | 59 g Eiweiss
47 g Fett | 72 g Kohlenhydrate

Poulet-Burger mit Estragon und Spargel

für 6 Personen

Zutaten

- 1 kg Hackfleisch vom Schweizer Poulet (z. B. von den Schenkeln, fein durchgelassen)
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL grober Senf
- 1 Bio-Zitrone (Saft und abgeriebene Schale)
- 3 Stängel Estragon
- 600 g Rüeblisalz
- 3 EL Olivenöl
- 40 g geröstete Erdnüsse
- 2 EL Kresse
- 1 kg Kartoffeln, fest kochend
- 6 EL Mayonnaise
- 500 g grüner Spargel
- Fleur de Sel
- Erdnussöl zum Frittieren
- 6 Vollkorn-Buns*
Salatblätter nach Belieben

Zubereitung

- 1 | Hackfleisch in eine Schüssel geben. Pfeffer, Senf, Zitronenschale, fein gehackten Estragon zugeben. Mit Gabel locker vermengen, nicht kneten. Mindestens 30 Minuten abgedeckt kalt stellen.
- 2 | Rüeblisalz schälen, in feine Streifen hobeln, mit drei Vierteln vom Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl kräftig unterrühren, mit den Rüeblistreifen mischen. Erdnüsse grob hacken, dazugeben. Kresse darüberstreuen. Beiseite stellen. Für die Pommes Allumettes Kartoffeln schälen, zu feinen Stiften in Streichholzgrösse schneiden, in kaltes Wasser geben.
- 3 | Mayonnaise kräftig mit Pfeffer und restlichem Zitronensaft würzen. Spargel waschen, rüsten, längs in dünne Scheiben schneiden.
- 4 | Fleisch in sechs gleich grosse Portionen teilen, lockere Bällchen formen und zu runden Patties von 1–2 cm Höhe und 10 cm Durchmesser flach drücken. Evtl. leicht kneten. Auf dem vorbereiteten Grill bei direkter Hitze ca. 8–10 Minuten saftig grillieren. Dabei einmal wenden. Bei indirekter Hitze kurz ziehen lassen und mit Fleur de Sel würzen.
- 5 | Spargel in der Zwischenzeit 5–6 Minuten grillieren. Dabei einmal wenden. Kartoffelstifte aus dem Wasser nehmen, auf Küchenpapier abtrocknen, portionsweise in heissem Öl bei 180 °C in Fritteuse oder in hohem Topf 4–5 Minuten knusprig frittieren. Abtropfen lassen, sofort salzen.
- 6 | Vollkorn-Buns halbieren, Schnittflächen kurz über indirekter Hitze knusprig grillieren. Nach Belieben mit Salatblättern, dem Poulet-Patty, Zitronenmayonnaise, grilliertem Spargel, Rüeblisalat belegen. Mit restlichem Rüeblisalat und Pommes Allumettes servieren.

* Das zum Poulet-Burger passende Bun zum Selbermachen finden Sie auf schweizerfleisch.ch/burger



Zubereiten
ca. 60 Minuten



Nährwerte
1 Portion enthält ca.:
995 kcal | 47 g Eiweiss
57 g Fett | 67 g Kohlenhydrate

PERFEKT IN FORM?

Zum Formen der Patties ist ein Ausstechring oder ein Trinkglas in passender Grösse hilfreich.



Lamm-Burger mit Zucchini an Joghurtsauce

für 6 Personen

Zutaten

- 1 kg Hackfleisch vom Schweizer Lamm (z. B. von der Brust, fein durchgelassen)
- 2 Knoblauchzehen
- 60 g geröstete Pistazienkerne
- ½ TL Kreuzkümmel, gemahlen
- ¼ TL Chiliflocken
- 400 g Zucchini
- Salz
- 2 rote Zwiebeln
- 3 Tomaten
- 3 Stiele Peterli
- ½ TL Koriander, gemahlen
- 360 g Naturjoghurt
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 kg Süsskartoffeln
- 4 EL Speisestärke
- Fleur de Sel
- Öl zum Frittieren
- Currypulver, scharf
- 6 Ciabatta-Buns*
- Salatblätter nach Belieben

* Das zum Lamm-Burger passende Bun zum Selbermachen finden Sie auf schweizerfleisch.ch/burger

Zubereitung

1 | Fleisch in eine Schüssel geben. Knoblauch schälen, fein hacken. Pistazien fein hacken, beides zum Lammhackfleisch geben. Kreuzkümmel und Chiliflocken zugeben, alles mit einer Gabel locker vermengen. Nicht kneten. Mindestens 30 Minuten abgedeckt kalt stellen.

2 | Zucchini waschen, längs in dünne Scheiben schneiden, leicht salzen. Rote Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden. Tomaten waschen, in Scheiben schneiden. Alles beiseite stellen. Peterli fein hacken und mit Koriander unter das Joghurt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen, beiseite stellen.

3 | Für die Pommes die Süsskartoffeln schälen und in ca. 1 cm dicke Stifte schneiden. Gut abtrocknen, mit Speisestärke sorgfältig mischen.

4 | Hackfleisch in sechs gleich grosse Portionen teilen, lockere Bällchen formen und zu runden Patties von 1–2 cm Höhe und 10 cm Durchmesser flach drücken. Eventuell leicht kneten. Auf dem vorbereiteten Grill bei direkter Hitze ca. 8–10 Minuten saftig grillieren. Dabei einmal wenden. Patties bei indirekter Hitze kurz ziehen lassen und mit Fleur de Sel würzen.

5 | In der Zwischenzeit Zucchini abtupfen und auf dem Grill bei direkter Hitze 3–4 Minuten grillieren. Süsskartoffeln portionsweise in heissem Öl bei 180 °C in Fritteuse oder in hohem Topf ca. 5 Minuten frittieren. Herausnehmen, abtropfen, sofort mit Salz und Currypulver würzen.

6 | Ciabatta-Buns halbieren und die Schnittflächen kurz auf dem Grill bei indirekter Hitze knusprig grillieren. Nach Belieben mit Salatblättern, dem Lamm-Patty und allen vorbereiteten Zutaten belegen. Joghurtsauce und Süsskartoffel-Pommes dazu servieren.

 **Zubereiten**
ca. 60 Minuten

 **Nährwerte**
1 Portion enthält ca.:
951 kcal | 52 g Eiweiss
43 g Fett | 85 g Kohlenhydrate

DARFS EIN BISSCHEN SAFTIGER SEIN?

Wer den Lamm-Burger gerne etwas saftiger mag, grilliert ihn zartrosa. Hierfür einfach die Garzeit um einen Drittel reduzieren.

BURGER-TIPPS VOM METZGER-KING



Roberto Luisoni ist nicht nur «Schweizer Metzger des Jahres» 2020. Der Tessiner Metzgermeister führt in Lugano die weitherum bekannte Macelleria Luisoni und ist preisgekrönter Ausbildner. Wir konnten ihm ein paar heisse Burger-Tipps entlocken.

Was sollte in einem Burger Ihrer Meinung nach nicht fehlen?

Die allerwichtigste Zutat im Burger ist Fleisch von bester Qualität. Für mich sollte auch Salat nicht fehlen. Und natürlich das Brot! Ein Burger muss nicht teuer sein, aber alle Zutaten sollten von sehr guter Qualität sein.

Welchen zusätzlichen Belag empfehlen Sie?

Grillierte Avocadoscheiben mag ich beispielsweise sehr gerne. Ganz besonders empfehle ich eine Scheibe «Gottardo». Das ist ein mild-aromatischer,

gut schmelzender Käse aus meiner Region, dem Tessin.

Was ist Ihrer Meinung nach ein absolutes No-Go im Burger?

Das Fleisch darf keinesfalls zu stark durchgebraten werden, es wird sonst hart und trocken. Zu wenig ist auch nicht gut, ein Burger ist kein Tatar. Ein Rindfleisch-Burger muss schön rosa sein.

 **Ihr Schweizer Fleischfachgeschäft.**
Ausgezeichnet für Fleisch und mehr.



Der feine Unterschied.

Schweiz. Natürlich.



«Schweizer Fleisch»
auch auf Facebook und
Instagram.

IMPRESSUM | Herausgeber und Redaktion: Proviande, «Schweizer Fleisch», Bern, schweizerfleisch.ch | Schweizer Fleisch-Fachverband SFF, Zürich, sff.ch, enguete.ch | **Rezepte und Foodstyling:** Christian Spletstösser, Zürich, foodstyling-splett.com
Fotos: Jules Moser, Bern, jules-moser.ch | **Konzept, Gestaltung und Text:** Polyconsult AG, Bern, polyconsult.ch
Anregungen und Wünsche bitte an: Redaktion «en Guete», Proviande, «Schweizer Fleisch», Postfach, 3001 Bern