



DUTCH OVEN

9 LIEBLINGSREZEPTE

INHALT

·	Der Dutch Oven: Topf, Hitze, Grundlagen	3
·	Einbrennen, Pflege und Sicherheit	4
1	Einfaches Vollkornbrot aus der Kastenform	5
2	Cowboy Beans	6
3	Blumenkohl bombe	7
4	Jambalaya à la Ess-Nische	8
5	Pulled-Beef-Lasagne aus der Kastenform	9
6	Geschmorte Ochsenbäckchen	10
7	Chicken Drumsticks im Whisky-BBQ-Bad	11
8	Pulled Pork aus dem Dutch Oven	12
9	Schoko-Kokos-Haselnusskuchen	13
·	Herausgeber	14

ÜBER DIESES E-BOOK

Neun Rezepte für den Dutch Oven, vom Brot aus der Kastenform über Cowboy Beans und Ochsenbäckchen bis zum Kuchen. Sie stammen aus der Ess-Nische-Rezeptsammlung und sind für diese Ausgabe überarbeitet.

Die Hitzeangaben sind Richtwerte. Wie viele Briketts du brauchst, hängt von der Größe deines Topfes, der Brikettsorte, dem Wind und der Außentemperatur ab. Schau lieber einmal mehr unter den Deckel.

DER DUTCH OVEN

WAS IST EIN DUTCH OVEN?

Ein Dutch Oven ist ein schwerer Topf aus Gusseisen mit dicken Wänden und einem eng schließenden Deckel. Klassische Modelle stehen auf drei kurzen Beinen, damit unter dem Topf Platz für Glut ist. Der Deckel hat einen erhöhten Rand, auf dem ebenfalls Briketts liegen.

So kommt die Hitze von unten und von oben, und der Topf wird zum Backofen: Du kannst darin schmoren, kochen, braten und backen. Bei manchen Modellen hat auch der Deckel kleine Füße und lässt sich umgedreht als Pfanne nutzen, zum Beispiel, um Fleisch vor dem Schmoren scharf anzubraten.

WOHER DER NAME KOMMT

Ganz geklärt ist das nicht. Man vermutet, dass niederländische Siedler den Topf nach Nordamerika mitbrachten. Dort war er lange das wichtigste Kochgeschirr: morgens Brot, mittags Eintopf, abends Braten. Mit Herd und Backofen geriet er in den Hintergrund. Heute steht er bei vielen wieder neben dem Grill.

KOCHEN UNTER FREIEM HIMMEL

Der Dutch Oven braucht weder Strom noch Küche. Er funktioniert überall, wo ein Feuer erlaubt ist: im Garten, an der Feuerstelle oder auf dem Campingplatz. Mit etwas Übung lernst du, die Temperatur über die Zahl der Briketts zu steuern.

SO LIEST DU DIE HITZEANGABEN

„8 unten, 14 oben“ heißt: 8 durchgeglühte Briketts unter dem Topf, 14 auf dem Deckel. Zum Backen und Schmoren gehört mehr Hitze auf den Deckel als darunter, sonst brennt es am Boden an.

Glüh die Briketts vorher vollständig durch, zum Beispiel in einem Anzündkamin. Sie sind bereit, wenn sie mit einer hellgrauen Ascheschicht überzogen sind.

WAS DU SONST BRAUCHST

- einen Deckelheber oder eine lange Grillzange
- hitzefeste Handschuhe
- einen stabilen Untergrund aus Stein oder Metall
- für Brot und Lasagne eine gusseiserne Kastenform mit Deckel

EINBRENNEN, PFLEGE UND SICHERHEIT

EINBRENNEN

Gusseisen braucht eine Schutzschicht, die Patina. Sie entsteht beim Einbrennen und schützt den Topf vor Rost. Viele Töpfe werden heute schon vorbehandelt verkauft. Halte dich in jedem Fall an die Anleitung des Herstellers deines Topfes. Fehlt die Patina stellenweise, brennst du den Topf neu ein.

1. Reinige den Topf gründlich mit Bürste, Spülmittel und warmem Wasser und trockne ihn vollständig ab.
2. Reib ihn innen und außen dünn mit Pflanzenfett oder einer Einbrennpaste ein. Olivenöl eignet sich weniger, weil es schneller verbrennt.
3. Brenn den Topf im vorgeheizten Backofen bei etwa 180 °C höchstens 2 Stunden ein.
4. Schalte den Ofen aus und lass den Topf bei leicht geöffneter Tür langsam abkühlen.

Wird dir der Rauch in der Küche zu viel, kannst du auch im Grill oder über der Feuerstelle einbrennen.

PFLEGEN UND LAGERN

- Lass den Topf abkühlen, bevor du ihn reinigst.
- Reinige ihn nur mit warmem Wasser, ohne Spülmittel. So bleibt die Patina erhalten.
- Verwende keine Metallschwämme. Eingebraantes weichst du lieber länger ein.
- Der Topf gehört nicht in die Spülmaschine.
- Schreck einen heißen Topf nie mit kaltem Wasser ab, das Gusseisen kann reißen.
- Pack den Topf nur vollständig trocken weg und lager ihn an einem trockenen Ort.
- Ein Stück Pappe zwischen Topf und Deckel sorgt für Luft.

SICHERHEIT

- Topf, Deckel und Henkel werden sehr heiß. Fass sie nur mit hitzefesten Handschuhen oder einem Deckelheber an.
- Koch mit Briketts nur im Freien und nie in geschlossenen Räumen, Zelten oder Garagen. Glut entwickelt Kohlenmonoxid.
- Halte Abstand zu allem, was Feuer fangen kann, und lass Glut nie unbeaufsichtigt.
- Lass Asche vollständig auskühlen, bevor du sie entsorgst.

REZEPT 1

EINFACHES VOLLKORNBROT AUS DER KASTENFORM

Ergibt: 1 Brot

Backzeit: ca. 45 Minuten

Hitze: ca. 5 Briketts unten, ca. 10 oben

ZUTATEN

400 g Dinkelvollkornmehl

200 g Weizenmehl

600 ml warmes Wasser

1 Würfel Hefe

3 EL Apfelessig

2 TL Salz

nach Geschmack Chiasamen oder
Nüsse

Fett für die Form

ZUBEREITUNG

- 1 Gib das Mehl in eine Schüssel und drück in die Mitte eine Mulde. Gieß das warme Wasser hinein und lös die Hefe darin auf.
- 2 Gib Apfelessig, Salz und nach Geschmack Chiasamen oder Nüsse dazu und knete alles zu einem Teig.
- 3 Füll den Teig, ohne ihn gehen zu lassen, in eine gut gefettete gusseiserne Kastenform und leg den Deckel auf.
- 4 Back das Brot etwa 45 Minuten bei geringer Unterhitze (ca. 5 Briketts unter der Form) und mittlerer Oberhitze (ca. 10 Briketts auf dem Deckel).
- 5 Das fertige Brot löst sich gut aus der Form. Am besten schmeckt es noch warm.

TIPP Klopfe auf die Unterseite des Brotes: Klingt es hohl, ist es durchgebacken.

REZEPT 2

COWBOY BEANS

Für: 4 Personen (großzügig)

Garzeit: ca. 20 Minuten

Hitze: ca. 8 Briketts unten, 6 oben

ZUTATEN

2 Dosen Baked Beans

1 Dose Kidneybohnen

1 kleine Dose geschälte Tomaten

1 Gemüsezwiebel

150 g Schinkenspeck

3 grüne Pfefferschoten

8 Scheiben Bacon

Knoblauch, Salz, Pfeffer und BBQ-Gewürz nach Geschmack

FÜR DEN SUD

250 ml Chilisaucе oder BBQ-Sauce

200 ml Schwarzbier

2 cl Rum oder Whiskey

4 EL Ahornsirup

2 EL brauner Zucker

1–2 EL Dijonsenf

ZUBEREITUNG

- 1 Schneide die Zwiebel in kleine Würfel und brate sie im Dutch Oven an.
- 2 Gib den gewürfelten Schinkenspeck und die in dünne Streifen geschnittenen Pfefferschoten dazu und brate beides kurz mit an.
- 3 Gib alle Zutaten für den Sud und die geschälten Tomaten dazu und lass alles kurz aufkochen. Schmeck den Sud mit Knoblauch, Salz, Pfeffer und BBQ-Gewürz ab.
- 4 Gib die abgetropften Kidneybohnen und die Baked Beans dazu, verrühr alles und leg die Baconscheiben obendrauf.
- 5 Lass alles etwa 20 Minuten köcheln, mit ca. 8 Briketts unter dem Dutch Oven und 6 auf dem Deckel.

TIPP Die Bohnen passen als Beilage zu Pulled Pork oder Spareribs, schmecken aber auch allein mit frischem Brot.



REZEPT 3

BLUMENKOHLBOMBE

Für: 4 Personen

Garzeit: ca. 60 Minuten

Hitze: 8 Briketts unten, 14 oben

ZUTATEN

1 Blumenkohl

Gemüsebrühe zum Vorkochen

1 kg Hackfleisch

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Gewürzmischung für Hackfleisch
oder Gewürze nach Geschmack

ca. 30 Scheiben Bacon

2 × 125 g Schinkenwürfel

nach Wunsch Süßkartoffeln oder
festkochende Kartoffeln (oder
beides)

ZUBEREITUNG

- 1 Koch den Blumenkohl 8 Minuten in Brühe vor.
- 2 Würz in der Zwischenzeit das Hackfleisch mit fein gehackter Zwiebel, Knoblauch und der Gewürzmischung.
- 3 Leg den Boden des Dutch Oven mit 4 Scheiben Bacon und der Hälfte der Schinkenwürfel aus.
- 4 Setz den Blumenkohl in die Mitte des Topfes.
- 5 Drück das Hackfleisch rundherum an den Blumenkohl und umwickle alles mit den übrigen Baconscheiben.
- 6 Schneide die Kartoffeln in Spalten, Süßkartoffeln etwas dicker, damit sie nicht zu weich werden. Verteil sie mit den restlichen Schinkenwürfeln um den Blumenkohl.
- 7 Leg den Deckel auf, 8 Briketts kommen unter den Topf, 14 auf den Deckel. Lass alles etwa 60 Minuten garen.

TIPP Nimm einen großen Dutch Oven, damit Blumenkohl und Kartoffeln nebeneinander Platz haben.



REZEPT 4

JAMBALAYA À LA ESS-NISCHE

Für: ca. 6 Portionen **Ziehen:** einige Stunden oder über Nacht **Garzeit:** ca. 40 Minuten

Hitze: 20–24 Briketts, zwei Drittel unten, ein Drittel oben

ZUTATEN

500 g Hähnchenfilet

3 EL Cajun-Gewürz

150 g scharfe Chorizo

80 g Räucherschinken

1 rote Zwiebel

1 grüne Paprika

1 gelbe Paprika

3 Stangen Staudensellerie

5 Frühlingszwiebeln

2 Knoblauchzehen

3 EL Olivenöl

1 Dose Tomaten

1 l Hühner- oder Gemüsebrühe

5 EL Orangensaft

einige Spritzer scharfe ChilisaUCE

500 g Langkornreis

ZUBEREITUNG

- 1 Schneide das Hähnchenfilet in Würfel, misch es mit 2 EL Cajun-Gewürz und lass es abgedeckt einige Stunden oder über Nacht im Kühlschrank ziehen.
- 2 Schneide die Chorizo in dünne Scheiben, den Schinken und die Zwiebel in kleine Würfel, die Paprika in Streifen, den Sellerie in dünne Scheiben, die Frühlingszwiebeln in Ringe und den Knoblauch klein.
- 3 Glüh je nach Brikettsorte 20 bis 24 Briketts vor. Etwa zwei Drittel kommen unter den Dutch Oven, ein Drittel später auf den Deckel.
- 4 Erhitze das Öl im Dutch Oven und brate Chorizo, Hähnchen und Schinken an. Gib Zwiebel, Paprika, Knoblauch, Frühlingszwiebeln und Sellerie dazu und dünste alles glasig.
- 5 Gieße Brühe, Orangensaft und Tomaten an, würze mit ein paar Spritzern ChilisaUCE, lege den Deckel auf und lass alles etwa 20 Minuten köcheln. Hebe nach 10 Minuten einmal den Deckel an und rühre kräftig um.
- 6 Gib nach 20 Minuten den Reis und 1 EL Cajun-Gewürz dazu, rühre noch einmal gut um und lass alles weitere 20 Minuten köcheln.

TIPP Ist der Reis noch zu fest, gib etwas Brühe nach und lass ihn ein paar Minuten länger garen.

REZEPT 5

PULLED-BEEF-LASAGNE AUS DER KASTENFORM

Für: ca. 3 Personen

Backzeit: ca. 35–40 Minuten

Hitze: 12 Briketts, 5 unten, 7 oben

ZUTATEN

ca. 300 g Pulled Beef (oder Pulled Pork)

Lasagneblätter

1 kleine Dose passierte Tomaten

3 Möhren

4 Champignons

1 Stange Porree

1 Chilischote

2 Knoblauchzehen

200 g Crème fraîche

Pizza- und Pastagewürz und/oder
Café-de-Paris-Gewürz nach
Geschmack

geriebener Käse zum Überbacken

ZUBEREITUNG

- 1 Schneide Möhren, Champignons, Porree, Chili und Knoblauch klein.
- 2 Würz die Crème fraîche mit Café-de-Paris-Gewürz.
- 3 Verrühr die passierten Tomaten mit etwas Wasser und Gewürz. Leg 2 Lasagneblätter in die Kastenform und verteil 6 EL der Tomatenmischung darauf.
- 4 Gib etwas vom Gemüse dazu, dann eine gute Handvoll Pulled Beef und 3 Kleckse Crème fraîche. Wiederhol die Schichten, bis alles aufgebraucht ist. Zum Schluss kommen Lasagneblätter, der Rest der Tomatenmischung und reichlich Käse obendrauf.
- 5 Lass 12 Briketts durchglühen. 5 kommen unter die Kastenform, 7 auf den Deckel. Back die Lasagne etwa 35 bis 40 Minuten, bis sie goldbraun ist. Schau nach etwa 35 Minuten nach; je nach Wetter kann es 5 Minuten länger dauern.
- 6 Lass die fertige Lasagne kurz ruhen, damit sie die Flüssigkeit aufnimmt.

TIPP Hier passt gut Fleisch vom Vortag: Reste von Pulled Beef oder Pulled Pork (Rezept 8) lassen sich so schnell verwerten.



REZEPT 6

GESCHMORTE OCHSENBÄCKCHEN

Für: 4 Personen Schmorzeit: ca. 2,5 Stunden Hitze: ca. 15 Briketts, 7 unten, 8 oben

ZUTATEN

ca. 1 kg Ochsenbäckchen

Salz

Öl zum Anbraten

4 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

1 Chilischote

Suppengemüse: Knollensellerie, 4 Möhren, 2 Stangen Porree

2 Lorbeerblätter

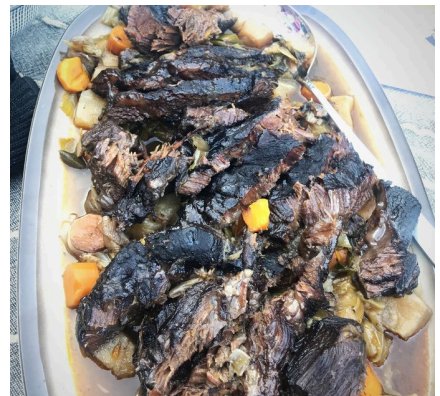
250 ml Rotwein

500 ml Brühe

ZUBEREITUNG

1. Pariere die Ochsenbäckchen, entferne also Sehnen und Fett. Wirf die Abschnitte nicht weg: Binde sie zusammen und schmor sie mit, das gibt Geschmack.
2. Zünde etwa 15 Briketts an. Schneide Gemüse, Zwiebeln, Knoblauch und Chili klein.
3. Salz die Bäckchen. Verteil Öl im Dutch Oven, leg 7 Briketts darunter und warte, bis der Topf heiß ist. Brate die Bäckchen von jeder Seite 3 Minuten scharf an.
4. Nimm die Bäckchen heraus und brate das Gemüse an. Leg die Bäckchen wieder darauf, gib die Lorbeerblätter dazu und gieß Rotwein und Brühe an.
5. Leg den Deckel auf und belege ihn mit etwa 8 Briketts.
6. Schau nach 1,5 Stunden nach, ob noch genug Flüssigkeit im Topf ist, gieß bei Bedarf Brühe nach und lass alles eine weitere Stunde schmoren.

TIPP Dazu passt Rotkohl, den du während der Schmorzeit zubereiten kannst.



REZEPT 7

CHICKEN DRUMSTICKS IM WHISKY-BBQ-BAD

Für: 4 Personen

Ziehen: ca. 4 Stunden

Garzeit: ca. 2,5 Stunden

Hitze: 6 Briketts unten, 8 oben

ZUTATEN

20 Hähnchenunterkeulen

Gewürz für Chicken Wings oder ein Grillgewürz nach Wahl

1 Schuss Olivenöl

2 Knoblauchzehen

4 Zwiebeln

2 Chilischoten

1 Dose Mais

250 ml BBQ-Sauce nach Geschmack

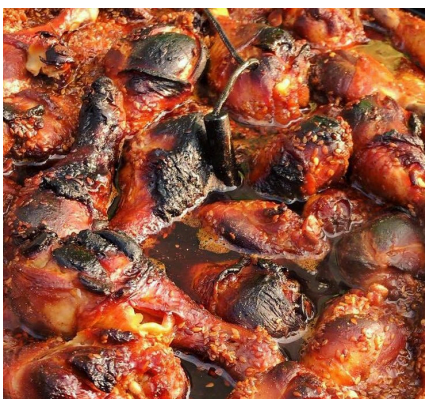
50 ml heller Balsamico-Essig

6 cl Whisky

ZUBEREITUNG

- 1 Rechne mit 4 bis 5 Unterkeulen pro Person, je nach Größe. Würz die Keulen kräftig.
- 2 Schneide die Zwiebeln grob, den Knoblauch klein und die Chilis längs an. Misch die Keulen in einer großen Schüssel mit Olivenöl, Knoblauch, Zwiebeln, Chilis, Mais, BBQ-Sauce, Balsamico und Whisky.
- 3 Lass alles abgedeckt etwa 4 Stunden im Kühlschrank ziehen.
- 4 Füll die Keulen mit der Marinade in den Dutch Oven, würz noch einmal nach und stell den Topf auf die Feuerstelle: 6 Briketts darunter, 8 auf den Deckel. Leg keine weiteren Briketts unter den Topf, sonst brennt die Sauce schnell an.
- 5 Lass alles etwa 2,5 Stunden köcheln, bis das Fleisch saftig und zart ist.

TIPP Dazu passen Reis oder frisches Brot für die Sauce.



REZEPT 8

PULLED PORK AUS DEM DUTCH OVEN

Ziehen: ca. 24 Stunden

Garzeit: ca. 3,5 Stunden

Hitze: 6 Briketts unten, 8–10 oben

ZUTATEN

2–3 kg Nackenbraten vom Schwein

Rub nach Wahl

2 Gemüsezwiebeln

10 Scheiben Bacon

Geflügel- oder Entenfond

1 Glas BBQ-Sauce nach Geschmack

ZUBEREITUNG

- 1 Reib den Nackenbraten mit dem Rub ein, wickel ihn in Frischhaltefolie und leg ihn etwa 24 Stunden in den Kühlschrank.
- 2 Schneide die Gemüsezwiebeln in Scheiben und leg den Boden des Dutch Oven damit aus. So brennt der Braten nicht an.
- 3 Leg den Braten auf die Zwiebeln, gieß den Fond an und deck den Braten mit den Baconscheiben ab.
- 4 Leg 6 Briketts unter den Dutch Oven und 8 bis 10 auf den Deckel.
- 5 Wende das Fleisch nach 1,5 Stunden einmal und gieß bei Bedarf etwas Fond nach.
- 6 Nimm nach 3,5 Stunden den Bacon vom Fleisch und leg ihn in den Sud. Schöpf bei Bedarf etwas Flüssigkeit ab, damit es nicht zu wässrig wird.
- 7 Gib die BBQ-Sauce dazu, zupf das Fleisch mit zwei Gabeln auseinander und vermeng alles.

TIPP Das Fleisch ist fertig, wenn es sich ohne Kraft mit der Gabel zerzupfen lässt. Sonst gib ihm noch etwas Zeit.



REZEPT 9

SCHOKO-KOKOS-HASELNUSSKUCHEN

Ergibt: 1 Kuchen Backzeit: ca. 50 Minuten Hitze: ca. 4 Briketts unten, 10 oben

ZUTATEN

250 g Mehl

250 g Kokosblütenzucker (oder ca. 220 g Zucker)

200 g gemahlene Haselnüsse

150 g Kokosraspel

5 EL Kakaopulver

1 Päckchen Vanillezucker

1 Päckchen Backpulver

1 Prise Salz

½ TL Zimt

60 g Butter

200 ml kalter Kaffee

150 ml Milch

ZUBEREITUNG

- 1 Misch alle Zutaten außer Butter, Kaffee und Milch in einer Schüssel.
- 2 Schmelz die Butter und rühr sie zusammen mit Kaffee und Milch unter.
- 3 Verrühr alles von Hand oder mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig.
- 4 Verteil den Teig im gefetteten oder mit Backpapier ausgelegten Dutch Oven und back den Kuchen etwa 50 Minuten. Bei einem mittelgroßen Dutch Oven reichen etwa 10 Briketts auf dem Deckel und 4 darunter, so brennt der Kuchen nicht an.

TIPP Mach die Stäbchenprobe: Bleibt an einem Holzstäbchen kein Teig mehr hängen, ist der Kuchen fertig.



MEHR REZEPTE

GUTEN APPETIT

Weitere Rezepte für Grill, Dutch Oven und Küche findest du auf ess-nische.de, dazu die Koch- und Grillschürze, Speiseringe und den Grillpinsel von Ess-Nische.

Fragen zu den Rezepten oder zu deiner Bestellung? Schreib uns an support@lommerce.com.

HERAUSGEBER

Lommerce GmbH
Höchster Bahnstraße 2a
65929 Frankfurt am Main
Deutschland

Amtsgericht Frankfurt am Main, HRB 116518
USt-IdNr. DE326693628
E-Mail: support@lommerce.com

Vollständiges Impressum: ess-nische.de/impressum

Ess-Nische ist eine eingetragene Marke der Lommerce GmbH. Rezepte, Texte und Fotos: Ess-Nische, alle Rechte vorbehalten. Garzeiten, Mengen und Hitzeangaben sind Richtwerte.
Ausgabe Oktober 2026.

