

# Grillfest - uralt und modern

## INHALT

<i>Gesunder Grillgenuss</i> .....	3	Hirtenspieße .....	13
<i>Auf das Grillgut kommt es an</i> .....	3	Schaschlik auf kaukasische Art .....	13
<i>Fleisch erst nach dem Garen salzen!</i> .....	4	Sis Cevap .....	13
Kräuter und Gewürze geben Fleisch erst den Geschmack	4	Nürnberger Spießchen .....	13
Knoblauchsteak .....	4	Raznjici .....	13
Pfeffersteak, flambiert .....	5	Römische Spießchen .....	14
Beefsteak Hongkong .....	5	Geflügelleberspießchen .....	14
Beefsteak á la Huancaína .....	5	Nierenspießchen .....	14
Beefsteak Milvie .....	5	Schweinenierenspießchen .....	14
Kasseler Rippchen mit Ananas .....	5	Schweinespießchen Dänemark .....	15
Schinken am Spieß .....	5	<i>Geflügel vom Grill</i> .....	15
Schinkensteak .....	6	Hähnchen Traunas .....	15
<i>Lamm und Hammel vom Grill</i> .....	6	Hähnchen am Spieß .....	15
Lammkotelett natur .....	6	Hähnchen am Rost .....	15
Lammkotelett Richmond .....	6	Gänsebraten am Spieß .....	15
Lammkotelett Straßburg .....	7	<i>Frisch aufgespießt</i> .....	16
Lammkotelett Marron .....	7	Kartoffel- und Puten-Paprika-Spieße .....	16
Mutton Chops .....	7	<i>Auch Fische kann man grillen</i> .....	16
Lammedaillon á l'Estragon .....	7	Heringe in Senfsauce .....	16
Lammkeule am Spieß .....	7	Sardinen vom Grill .....	17
Lammrücken am Spieß .....	7	Hechtschnitten, gegrillt .....	17
Hammelkotelett Saloniki .....	8	Folienfisch auf mexikanische Art .....	17
Hammelmedaillons á l'Arles .....	8	Kräuterfische in Alu-Folie .....	17
Ovelias = Lämmchen am Spieß .....	8	Forelle am Rost .....	17
Hammelkeule, gegrillt .....	8	Forelle Budapest .....	18
Hammelkeule á la Provence .....	8	Steckerlfisch .....	18
Gegrillte Lammkoteletts .....	9	Scampi, gegrillt .....	18
Gegrillte Lammkoteletts auf Gemüse .....	9	Gegrillter Kabeljau im Speckmantel .....	18
Gegrillte Hammelkeule .....	9	Gegrillter Heilbutt .....	18
Gegrillte Lammkoteletts .....	10	Gegrillter Heilbutt (2) .....	19
<i>Kalbfleisch</i> .....	10	Heilbutt vom Rost .....	19
Kalbssteak Hawaii .....	10	<i>Grillen vegetarisch</i> .....	19
Kalbssteak Mornay .....	10	Rösti mit Grillgemüse .....	19
<i>Hackfleisch vom Grill</i> .....	11	<i>Das schmeckt zu Grillgerichten</i> .....	19
Cevapcici .....	11	<i>Beilagen vom Grill</i> .....	20
Hamburger .....	11	Kartoffeln vom Rost .....	20
Cheeseburger .....	11	Kartoffeln aus der Glut .....	20
Chickenburger .....	11	Auberginen vom Grill .....	20
<i>Spießchen - ein Kapitel für sich</i> .....	12	Champignons, gegrillt .....	20
Berliner Spießchen .....	12	Maiskolben, gegrillt .....	20
Berner Spießchen .....	12	Paprikaschoten vom Grill .....	20
Filetspießchen .....	12	Zucchini vom Rost .....	20
Filetspießchen Carmen .....	13	Tomaten, gegrillt .....	21
Lammspießchen .....	13	Selleriescheiben, gegrillt .....	21

# Grillfest - uralt und modern

---

Zwiebeln in der Folie.....	21
Knoblauchbrot.....	21
Weißbrot, gewürzt.....	21

## *Grillsaucen*      22

Sauce Bearnaise .....	22
Sauce Choron.....	22
Apfel-Curry-Sauce .....	22
Ingwersauce.....	22
Kaukasische Sauce .....	22
Sauce Tatare .....	22
Sahnemeerrettich.....	23
Stachelbeersauce, amerikanisch .....	23
Mayonnaise .....	23
Cognacsauce.....	23
Grüne Pfeffersauce.....	23
Nuß-Oliven-Sauce.....	23
Sauce Csardas .....	23
Remouladensauce .....	23
Sauce Chantilly .....	24
Selleriesauce .....	24
Tiroler Sauce.....	24

## *Buttermischungen*      24

Chilibutter .....	24
Cognacbutter .....	24
Currybutter.....	24
Estragonbutter .....	24
Ingwerbutter .....	24
Knoblauchbutter .....	24
Kräuterbutter = Maitrebutter .....	25
Pfefferbutter.....	25
Sardellenbutter .....	25
Senfbutter .....	25
Marchand-de-vin-Butter .....	25
Wacholderbutter .....	25
Zitronenbutter .....	25
Zwiebelbutter.....	25

## *Obst - ein leckerer Nachtisch*      26

Ananasscheiben, gegrillt.....	26
Apfelscheiben, gegrillt.....	26

# Grillfest - uralt und modern

## Gesunder Grillgenuss

**Sommerzeit ist Grillzeit. Was ist zu beachten, damit das Barbecue zu einem Genuss ohne Reue wird?**

Heiß und knusprig schmecken uns die Köstlichkeiten vom Grill am besten, aber bitte nicht verbrannt. Denn genau da hört der Grillspaß auf.

Deshalb lautet das oberste Grillgebot: Nichts anbrennen lassen! Denn je länger Kotelett & Co. auf dem Rost liegen, desto gefährlicher wird es für die Gesundheit. Zu lange gegrilltes Fleisch wird meist zäh, enthält kaum mehr Nährstoffe und verliert auch sein Aroma. Angebranntes unbedingt wegschneiden, sonst isst man Giftstoffe mit. Auf Nummer sicher geht, wer das Grillgut in speziellen Aluschalen gart. Sie verhindern, dass Fett in die Glut tropft und mit dem Qualm krebserregende Stoffe hineingelangen. Grillschalen sind auch praktisch, weil sich das Grillgut darin besser wenden lässt. Doch welche Lebensmittel dürfen auf den Grill? Barbecue-Fans schwören auf fettdurchwachsene Rib-Eye-Steaks, Nackenkoteletts und Würste. Für alle, die auf die schlanke Linie achten müssen, sind magere Stücke vom Rind, oder Lamm und fettarmes Geflügel besser. Gemüse, Fisch und Meeresfrüchte werden immer beliebter und sind für den gesunden Grillgenuss ideal. Was darf nicht auf den Grill? Gepökelt wie Bockwürste, Wiener, Fleischwurst und Kassler. Durch die starke Hitze bilden sich darin krebserregende Nitrosamine.



Etwa 400.000 Jahre sind vergangen, seit der Mensch das Feuer entdeckte. Er lernte, es zu bewahren und für sich nutzbar zu machen. Von da bis zu dem Augenblick, an dem er das erste Mal ein Stück rohes Fleisch vom erlegten Wild über die Glut hielt, um es zu wärmen, war es nur mehr ein kleiner Schritt. Und der Mensch bemerkte zu seinem Erstaunen, daß das Fleisch nicht nur warm wurde, es schmeckte auch besser. — Die Geschichte der Kochkunst begann. Von diesem historischen Moment an blieb rund 380.000 Jahre das Rösten über dem offenen Feuer die einzige Art, die der Mensch kannte, seine Nahrung warm zuzubereiten. Erst gegen Ende der Altsteinzeit wurden die ersten Kochtöpfe erfunden; und erst dann setzte die Jahrhunderte dauernde Entwicklung der Kunst des Kochens, Schmorens und Bratens ein.

Heute sind wir wieder zu den Garmethoden unserer Vorväter zurückgekehrt: Wir rösten das Fleisch über der Glut - wir grillen. Feinschmecker und Köche, Ärzte und Ernährungswissenschaftler sind sich einig, daß gegrillte Speisen nicht nur äußerst wohlschmeckend, sondern auch gesund sind.

Woran liegt es aber, daß sich diese uralte Garmethode erhalten hat und -gerade in letzter Zeit- immer beliebter und verbreiteter geworden ist? Grillen heißt Garen der Speisen durch Strahlungshitze. Die von einer beliebigen Wärmequelle ausgehenden infraroten Strahlen treffen das Grillgut—meist ein Stück Fleisch— mit großer Hitze und bewirken, daß sich alle Poren sofort schließen. Sie dringen in die Grillade ein und bräunen gleichzeitig die Oberfläche. Die Vorteile dieser Garmethode sind leicht zu erkennen:

Die Nährwerte und die typischen Geschmacksstoffe eines jeden Grillgutes bleiben erhalten.

Gegrilltes Fleisch ist saftiger als gebratenes oder geschmortes.

Der Grillkoch kann weitgehend auf Fett verzichten, eine frohe Botschaft für alle, die mit überflüssigen Pfunden kämpfen. Grillgerichte sind aber nicht nur schmackhaft und gesund, sondern dank des großen Angebots moderner Geräte auch schnell und - wenn man einmal die Anfangsgründe beherrscht - einfach zuzubereiten.

Die ursprünglichste und vielleicht auch schönste Art des Grillens ist das Rösten über der Glut. Sie ist ideal, wenn wir in freier Natur ein Picknick veranstalten, wenn wir an einem lauen Sommerabend zu einer Grillparty laden oder einen gemütlichen Grillabend in kleinem Kreis verbringen wollen. Doch wie viele solcher Gelegenheiten gibt es? Heute bringt die moderne Industrie eine Fülle elektrischer Grillgeräte auf den Markt, die uns unabhängig von Wetter und Jahreszeit machen. Wahrscheinlich verdankt das Grillen gerade diesen Geräten den Siegeszug, den es in der modernen Küche angetreten hat. Beschäftigen wir uns zunächst mit den verschiedenen Grillmöglichkeiten.

## Auf das Grillgut kommt es an

Wenn vom Grillen die Rede ist, denkt jeder zunächst an gegrilltes Fleisch. Nicht ohne Grund. Kein anderes Nahrungsmittel eignet sich so gut zum Grillen wie zarte Steaks, würzige Koteletts oder auch saftiger Braten. Aber nicht nur Fleisch, auch Geflügel (Hähnchen am Spieß ist ja geradezu ein »Modegericht«), Fische, Kartoffeln, Gemüse, Obst und nicht zuletzt leckere Toasts können mit dem Grill zubereitet werden. Eines aber darf man — wenn man sich zum Grillen entschließt — nie vergessen: Bei keiner anderen Zubereitungsart tritt der Eigengeschmack einer Speise

# Grillfest - uralt und modern

so stark hervor wie beim Grillen. Das Ziel unserer Grillbemühungen muß daher sein, diesen Eigengeschmack zu erhalten und zu unterstreichen, ihm vielleicht auch einmal den Flair des Besonderen zu geben, aber ihn nie zu übertönen oder gar zu unterdrücken. Wer seinem Fleisch erst durch Kochen in raffinierten Saucen zum »Wohlgeschmack« verhelfen will, der wende sich vom Grill ab und kehre zur Bratpfanne und zum Schmortopf zurück; denn so köstlich die Ergebnisse solcher Kochkunst auch sein mögen, das Fleisch wird hier sozusagen Zutat unter Zutaten, bestenfalls Mittelpunkt einer gelungenen Komposition sein, niemals aber Fleisch an sich mit seinem köstlichen Eigengeschmack.

Sagen Sie jetzt nicht, grillen sei eintönig. Wer das behauptet, hat noch nie den zarten Geschmack eines Filetsteaks, das auf der Zunge fast zergeht, mit dem kräftigen Geschmack eines Entrecôtes verglichen. Der feine Geschmack eines Stückes Lammfleisch erinnert an frische Weiden, der kräftige des Hammels an die schroffen Gebirge des Balkans. Schweinefleisch schmeckt würzig - kräftig, und selbst das eher »fade« Kalbfleisch entwickelt bei kurzem, sachgemäßen Grillen einen pikanten Geschmack, um nur einige Beispiele zu nennen. Trotzdem kann und muß man — je öfter gegrillt wird um so mehr — variieren, sei es durch nachträgliche Vervollkommnung mit verschiedenen Gewürzen — hier sei vor allem den Buttermischungen ein Loblied gesungen -, durch Zugabe feiner Saucen, die den Geschmack aber nicht übertönen dürfen, oder durch Marinaden, in die das Grillgut einige Stunden bis zur Verwendung gelegt wird. Doch darauf soll im Kapitel »Allerlei Fleisch« noch näher eingegangen werden.

Wenn man bedenkt, welche Rolle der Eigengeschmack einer Speise beim Grillen spielt, andererseits die extrem kurzen Garzeiten in Betracht zieht, wird man zustimmen:

Zum Grillen dürfen nur einwandfreie Lebensmittel von bester Qualität verwendet werden: Fleisch soll von jungen, gutgenährten Tieren stammen und muß genügend abgelagert sein, Geflügel soll jung, Gemüse und Obst so frisch wie möglich sein. Das gute Grillen beginnt also schon beim Einkauf! Und nun wollen wir endlich mit dem Grillen selbst beginnen!

## **Fleisch erst nach dem Garen salzen!**

### **Kräuter und Gewürze geben Fleisch erst den Geschmack**

Während die meisten Gewürze vor dem Braten oder Schmoren auf das Fleischstück gegeben werden, sollten kleine Stücke erst nach dem Garen gesalzen werden. Das gilt auch für Kurzgebratenes, Geschnetzeltes und Leber. Salz entzieht dem Gewebe Saft, so dass es trocken und zäh wird. Kräuter und Gewürze sind das i-Tüpfelchen einer schmackhaften, abwechslungsreichen Küche. Sie bringen den Fleischgeschmack erst zur vollen Geltung. Hier einige Tipps, welches Gewürz sich jeweils für ein bestimmtes Stück Fleisch eignet

**Rindfleisch:** Chili, Knoblauch, Liebstöckel, Lorbeerblatt, Muskatnuss, Oregano, Paprika, Pfeffer, Piment, Rosmarin, Thymian Wacholderbeeren.

**Schweinefleisch:** Beifuss, Bohnenkraut, Chili, Curry, Kümmel, Knoblauch, Lorbeerblatt, Majoran, Oregano, Paprika, Petersilie, Pfeffer, Rosmarin, Salbei, Thymian, Wacholderbeeren. Es darf kräftig gewürzt werden.

**Kalbfleisch:** Basilikum, Estragon, Koriander, Lorbeerblatt, Petersilie, Thymian. Sparsam würzen, damit das zarte Aroma nicht überdeckt wird.

**Lammfleisch:** Basilikum, Knoblauch, Minze, Oregano, Rosmarin, Thymian. Zum Mitbraten eignen sich: Beifuss, Bohnenkraut, Oregano, Rosmarin, Salbei, Thymian. Mitgekocht werden können: Kümmel, Liebstöckel, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren. Da beim Erhitzen das Aroma leidet, sollten die folgenden Kräuter frisch zugefügt werden: Basilikum, Estragon, Minze, Petersilie, Schnittlauch.

**Marinade:** Marinieren bedeutet, das Fleisch in eine Würzsauce einlegen, zum Beispiel aus Rotwein, Schalotten, Pfefferkörnern und Lorbeerblatt oder aus Essig, Zitronensaft, Senf, Knoblauch und Zwiebeln. Selbst grobe Fleischfasern macht die Marinade mürbe und zart. Bedeckt die Flüssigkeit das Fleisch vollständig, hält es sich bis zu sechs Tagen.

**Trockene Beize:** Das Fleisch mit Öl bestreichen und mit einer Gewürzmischung beispielsweise aus Rosmarin, Thymian, Knoblauch, Piment und Pfeffer bestreuen. Anschließend wird es in Klarsichtfolie gewickelt und sollte zwei Tage im Kühlschrank ziehen.

### **Knoblauchsteak**

4 Beefsteaks (etwa 2 cm dick), 4 Knoblauchzehen, 2 Zitronen, 1l Olivenöl, Pfeffer, Salz

Die Knoblauchzehen zerdrücken und mit dem Zitronensaft, dem Olivenöl und etwas frisch gemahlenem Pfeffer vermischen. Die gewaschenen, getrockneten Steaks in eine flache Schüssel legen, mit der Marinade begießen, zudecken und mindestens 10-12 Stunden marinieren lassen. Die Steaks gut abtropfen lassen, trockenwischen und 3-5 Min. pro Seite grillen. Vor dem Anrichten salzen und eine Scheibe Knoblauchbutter oder Zitronenbutter oben drauflegen, Petersilienkartoffeln und Gurkensalat passen besonders gut dazu.

# Grillfest - uralt und modern

## **Pfeffersteak, flambiert**

4 Beefsteaks (je 200g), Öl, 4 Eßl Pfeffer, grob gemahlen, Salz

Die gereinigten, getrockneten Steaks mit Öl einreiben, mit dem Pfeffer bestreuen (fest andrücken) und mindestens 2 Stunden ruhen lassen, dann auf den heißen Rost legen, 3-5 Min. pro Seite grillen und salzen.

Mit Pommes frites, gegrillten Tomaten und Salat servieren

Steak-Snobs servieren ihre Pfeffersteaks brennend: Mit je 1 Eßl erwärmtem, brennendem Cognac begießen.

## **Beefsteak Hongkong**

4 Beefsteaks (je 200g), 1/8 l Sojasauce, 2 Eßl Honig, 2 Eßl Essig, 1 kleine Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Tl Ingwer, 1/2 Teel Pfefferminzblätter, gehackt, Salz

Die Sojasauce mit Honig und Essig verrühren (dabei leicht erwärmen), die kleine gehackte Zwiebel, die zerdrückten Knoblauchzehen, den Ingwer und die Pfefferminzblätter dazugeben. Die gewaschenen, enthäuteten Steaks in die abgekühlte Marinade tauchen, in ein kleines Gefäß legen, mit der restlichen Marinade übergießen und einige Stunden, besser über Nacht, ziehen lassen. Die Steaks dann aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen, abtrocknen und 3-5 Min. pro Seite grillen. Nach dem Wenden salzen und mit der abgetropften Marinade bepinseln. Auf einer gewärmten Platte anrichten und mit Pfefferminzweiglein und gegrillten Bananen garnieren. Trockenreis dazu reichen.

## **Beefsteak á la Huancaína**

4 Beefsteaks (Filetsteaks, je 200g), Öl, 100g Quark, 2 Eigelbe, hartgekocht, 3 Eßl Olivenöl, 1/2 TEEL Salz, 1-2 Teel Cayennepfeffer, 2 Teel Zitronensaft, 1 große Zwiebel, feingehackt, saure Sahne

Die gesäuberten Steaks mit Öl einreiben, gut in Alu-Folie verpacken und einige Stunden ruhen lassen. - Den Quark zusammen mit den hartgekochten Eigelben passieren und mit Öl und den Gewürzen verrühren. Mit so viel saurer Sahne versetzen, daß eine dick-sämige Sauce entsteht, die dann vorsichtig im Wasserbad erwärmt wird. - Die Steaks auf den heißen Rost legen und 3-5 Min. pro Seite grillen, dann salzen. Das Ganze auf eine gewärmte Platte legen und mit der sehr scharfen Sauce übergießen.

Dieses peruanische Gericht mit Stangenweißbrot oder Salzkartoffeln servieren.

## **Beefsteak Milvie**

4 Beefsteaks (je 200g), Öl, 20g ausgelöstes Rindermark, 1/8 l Fleischbrühe, 50g Semmelbrösel, 1/16 l Rotwein, Salz, Pfeffer, 20g Butter, 30g Parmesan

Die Steaks waschen, trockentupfen, leicht mit Öl einreiben und 1-2 Stunden zugedeckt ruhen lassen. - Das Rindermark bei schwacher Hitze zergehen lassen und durch ein feines Sieb drücken; unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen die kochende Fleischbrühe dazugießen, die Semmelbrösel darunterühren, den Rotwein dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch 5 Min. leicht kochen. - Die Beefsteaks 3-5 Min. pro Seite grillen und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen. - Die Butter und den Parmesan abseits vom Herd unter die Sauce mischen und diese über die Beefsteaks gießen. Mit Kartoffelpüree oder Bandnudeln und Salat anrichten.

## **Kasseler Rippchen mit Ananas**

4 Kasseler Rippchen, 4 Scheiben Ananas (Dose), 2 Eßl Ananassaft, 1 Teel Senf, 2 Teel brauner Zucker, 1 Prise Ingwer, 1 Prise Nelkenpulver, 1 Teel Pfefferminzblätter, gehackt

Die Kasseler Rippchen am Knochen etwas einschneiden und den Fettrand mehrmals einkerben. - Den Ananassaft mit dem Senf und dem Zucker verrühren und die Rippchen damit bestreichen. 1—2 Stunden zugedeckt ziehen lassen, mit Küchenkrepp trockentupfen und 4—5 Min. pro Seite grillen. Nach der ersten Hitzeeinwirkung immer wieder mit der Marinade bestreichen. - Die Ananasscheiben am Rand des Rostes mit den Kasseler Rippchen mitgrillen. — Die fertigen Kasseler Rippchen auf einer gewärmten Platte anrichten, mit den Ananasscheiben belegen und diese mit Ingwer, Nelkenpulver und den gehackten Pfefferminzblättchen bestreuen. Mit Kartoffelpüree auftragen.

## **Schinken am Spieß**

1-1,5 kg geräucherter Roll- oder Nußschinken, gekocht, 1/2 l Weißwein, 1/2 Zwiebel, 2 Lorbeerblätter, 6 Pfefferkörner, 4 Gewürznelken, 1 Ei, 1 Eßl Senf, 2 Teel Zucker

Wein, Zwiebel, Lorbeerblätter, Pfefferkörner und Gewürznelken zusammen aufkochen. Den Schinken, der nicht zu scharf sein sollte, in ein kleines Gefäß legen, mit dem heißen, gewürzten Wein übergießen und noch so viel Wasser zugeben, daß der Schinken ganz bedeckt ist; 12-24 Stunden marinieren lassen, herausnehmen und abtrocknen. Die Gewürznelken gut verteilt in den Schinken stecken. Den Schinken auf dem Drehspieß befestigen und in genügender Entfernung von der Glut 50-90Min. grillen (hängt vor allem von der Dicke des Schinkens ab). — Ei, Senf und Zucker miteinander verrühren und den Schinken während der letzten Viertelstunde damit bepinseln. Servieren Sie den Schinken mit gegrillten Äpfeln und Rotkohl mit Kastanien.

# Grillfest - uralt und modern

## **Schinkensteak**

4 Scheiben gekochter Schinken (1 cm dick), 1 Teel Öl, 1 Messerspitze Trockenknoblauch, 2 große Zwiebeln, Milch nach Bedarf, Mehl nach Bedarf, Öl zum Backen

Das Öl mit dem Knoblauch verrühren; die Schinkenscheiben damit einreiben, zudecken und kurz ziehen lassen. Dann 4—5 Min. pro Seite grillen. — Die Zwiebeln in Ringe schneiden, in Milch tauchen, gut abtropfen lassen, in Mehl wenden und in schwimmendem Fett knusprig braun backen.

Die Schinkenscheiben in einem Kranz von Kartoffelpüree anrichten und mit den gebackenen Zwiebeln garnieren.

## **Lamm und Hammel vom Grill**

Lamm und Hammel eignen sich - so wie alle roten Fleischsorten - ganz ausgezeichnet zum Grillen.

Junge Lämmer werden - mit Ausnahme der höchstens fünf Wochen alten Milchlämmer — ausschließlich mit Grünfütter ernährt. Das zarte hellrote Fleisch ist sehr würzig, das Fett schneeweiß. Die besten Lämmer stammen von den Weiden am Atlantik (von Frankreich, Schottland und Irland) und aus den Alpen. Lämmer aus Neuseeland sind ebenfalls sehr gut zum Grillen geeignet; sie sind bei uns tiefgekühlt im Handel und müssen langsam aufgetaut werden.

Das dunklere Hammelfleisch ist kräftiger im Geschmack, die Farbe des Fettes schwankt von hell- bis dunkelgelb, je nach Alter der Tiere. Fleisch von zu alten Tieren ist nicht zum Grillen geeignet, es ist zu zäh. Das Fleisch junger Lämmer kann schlachtfrisch verwendet werden, dasjenige älterer Tiere sollte einige Tage abhängen. Zum Grillen auf dem Rost sind vor allem Koteletts, die mit oder ohne Knochen verwendet werden können, und Medaillons (aus dem Filet geschnitten) geeignet. Wenn Sie dabei ein elektrisches Grillgerät verwenden, können Sie je nach Wunsch das anhaftende Fett ganz oder nur zum Teil wegschneiden. (Bedenken Sie dabei, gerade auf dem Fett älterer Tiere beruht der oft verpönte »Hammelgeschmack«.) Wollen Sie über der Glut grillen, so müssen Sie das Fett auf jeden Fall entfernen, damit es nicht in die Glut tropft; denn dies würde unweigerlich zur Flammenbildung und in der Folge zum Verbrennen des Fleisches führen. Die vorbereiteten Fleischstücke (Koteletts werden am Fettrand mehrmals eingeschnitten und bis zur Hälfte vom Knochen getrennt) werden auf den heißen Rost gelegt, wenn Blutstropfen austreten, gewendet und noch so lange am Grill belassen, bis sich helle Fleischtröpfchen zeigen. Sie sind am zartesten, wenn sie innen noch leicht rosig sind. Rechnen Sie in der Regel für ein etwa 2 cm dick geschnittenes Kotelett 3-4 Min. pro Seite.

Zum Spießbraten eignen sich vor allem das Kotelettstück (Rücken) und die Keule. Wollen Sie eine Keule mit Knochen grillen, sollten Sie allerdings besser einen Bratkorb verwenden, sie läßt sich schwer aufspießen und noch schwerer im Gleichgewicht halten. Das Fett wird beim Spießbraten am Fleisch gelassen, es schützt den Braten zu Beginn des Grillvorganges, tropft dann aber vollständig ab. Dieses abgetropfte Fett wird beim Hammelbraten nicht weiter verwendet, es schmeckt nicht gut und ist schwer verdaulich. Lamm- und Hammelbraten vom Spieß schmecken am besten, wenn sie innen noch rosa sind, das ist bei einer Temperatur von 70-75° der Fall.

## **Lammkotelett natur**

8 Lammkoteletts, 4 Eßl Öl, 8 Salbeiblätter, gehackt, 6 Rosmarinblätter, gehackt, ½ Teel Thymian, 2 Lorbeerblätter, 2 Knoblauchzehen, zerdrückt, Salz

Sämtliche Gewürze in das leicht erwärmte Öl geben und eine Stunde ziehen lassen. - Die gereinigten, getrockneten und vom Fett befreiten Lammkoteletts mit dem gewürzten Öl einreiben und einige Stunden gut verpackt ziehen lassen. Die Koteletts dann trockentupfen, auf den heißen Rost legen und 3-4 Min. pro Seite grillen. Die Koteletts salzen und auf einer gewärmten Platte anrichten. Mit Bratkartoffeln und Salat servieren.

## **Lammkotelett Richmond**

8 Lammkoteletts, 1 mittlere Zwiebel, 4 Eßl Öl, 1 Knoblauchzehe, 2 Eßl Sellerieknolle, gerieben, 1/8 l Wasser, 8 Eßl Tomatenketchup, 1 Eßl Worcestershiresauce, Salz

Die gewaschenen, abgetrockneten Koteletts an der Seite und am Knochen leicht einschneiden. Die Zwiebel feinhacken und im Öl anschwitzen; Knoblauchzehe und Sellerie dazugeben, mit Wasser aufgießen und 5 Min. leicht kochen lassen. Mit Tomatenketchup und Worcestershiresauce würzen. Die Lammkoteletts mit der abgekühlten Marinade bestreichen, in ein kleines Gefäß legen, mit der restlichen Marinade begießen, zudecken und über Nacht ziehen lassen. Dann abtropfen lassen, trockentupfen und 3-4 Min. pro Seite grillen. Die Koteletts, die innen noch rosig sein sollen, salzen und mit der abgetropften, erhitzten Marinade übergießen. Mit Stangenweißbrot und französischem Bohnensalat auftragen.

# ***Grillfest - uralt und modern***

---

## **Lammkotelett Straßburg**

8 Lammkoteletts, Öl, Salz, 4 Scheiben Gänseleberpastete, 1 Zwiebel, 40g Butter

Bei den gewaschenen, abgetrockneten Koteletts eventuell einen Teil des Fettrandes wegschneiden, den Rest mehrmals einkerben und das Fleisch bis zur Hälfte vom Knochen lösen. Die Fleischstücke mit etwas Öl einreiben und zugedeckt 1-2 Stunden ruhen lassen, dann auf den Rost legen und 3-4 Min. pro Seite grillen. Die Koteletts salzen, mit je einer Scheibe Gänseleberpastete belegen und die in der Butter gedünsteten Zwiebeln darüberhäufen. Nochmals für 1-2 Min. unter den Grill schieben.

Dieses Rezept eignet sich nur für die Zubereitung im Elektrogrill. Reichen Sie Kräuterkartoffeln und Kopfsalat dazu.

## **Lammkotelett Marron**

8 Lammkoteletts, Öl, Pfeffer, Salz, 4 Eßl Kastanienpüree, 1EI Cognac, Sahne nach Bedarf, 1 Eßl Estragonblätter, gehackt

Die gereinigten, abgetrockneten Lammkoteletts vom Fett befreien, am Rand mehrmals einschneiden und bis zur Hälfte vom Knochen lösen. Die Fleischstücke leicht mit Öl einreiben, mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen und 1-2 Stunden zugedeckt ruhen lassen. Die Koteletts 3-4 Min. pro Seite grillen, salzen und auf einer gewärmten Platte anrichten. - Das Kastanienpüree mit dem Cognac und etwas Sahne geschmeidig rühren, leicht salzen und auf den fertigen Lammkoteletts verteilen. Mit Estragon bestreuen. Dazu passen Pommes Anna oder Pellkartoffeln und Rotkohl.

## **Mutton Chops**

4-8 Hammelkoteletts (je nach Größe), 1EI Senf, ½ TEEL Pfeffer, 1 Eßl Zitronensaft, 1 Eßl Cognac, Salz

Die gewaschenen, abgetrockneten Koteletts von einem Großteil des Fettrandes befreien; am Rand mehrmals einschneiden und bis zur Hälfte vom Knochen lösen. Senf, Pfeffer, Zitronensaft und Cognac miteinander verrühren. Die Koteletts mit dieser Mischung einreiben, fest in Alu-Folie einpacken und etwa 2 Stunden marinieren lassen, dann trockentupfen und 3-4 Min. pro Seite bei starker Hitze grillen. Die Koteletts sollen innen noch ganz schwach rosa sein. Vor dem Auftragen salzen. Mit Petersilienkartoffeln und gedünsteten Mohrrüben auftragen.

## **Lammedaillon á l'Estragon**

8-12 Lammedaillons, 2 Eßl frischer Estragon, gehackt, 4 Eßl Sherry, 1 Teel Zitronensaft, Salz

Estragon, Sherry und Zitronensaft miteinander verrühren. Die gereinigten, abgetrockneten Lammedaillons dick mit dieser Mischung bestreichen, gut in Alu-Folie verpacken und am besten über Nacht ruhen lassen. Danach die Fleischstücke trockentupfen, auf den Grill legen und 3-4Min. pro Seite grillen (sie sollen innen noch rosig sein). Die fertigen Koteletts leicht salzen, auf eine gewärmte Platte legen und mit je einem Scheibchen Zitronenbutter belegen. Mit Stangenweißbrot und grünen Bohnen oder Kopfsalat auftragen.

## **Lammkeule am Spieß**

1-2 Lammkeulen, 1 Eßl Öl, 4 Salbeiblätter, Salz

Die zarten Lammkeulen können mit dem Knochen gegrillt werden. Die Keulen waschen und abtrocknen. Die Salbeiblätter sehr fein hacken (oder Pulver verwenden), mit dem Öl verrühren und die Keule rundherum damit einreiben. 1-2 Stunden ruhen lassen, dann in den Grillkorb geben. (Haben Sie nur einen Drehspieß, sollten Sie die Lammkeule entbeinen lassen und zu einer Rolle binden.) Zuerst heiß, dann bei geringerer Temperatur 50-90 Min. grillen. Gegen Ende der Grillzeit salzen.

Die Lammkeule auf eine Holzplatte legen und mit gegrillten Tomaten garnieren; erst bei Tisch entsprechende Portionsstücke abschneiden. Dazu passen Bratkartoffeln oder Kartoffelklöße.

## **Lammrücken am Spieß**

1,2-1,5 kg Lammrücken, 1EI Öl, 2TI Salbei, gemahlen, ¼ Teel Trockenknoblauch, Salz

Den Lammrücken waschen und abtrocknen; die Fettschicht mit einem scharfen Messer kreuzweise einschneiden. Das Öl mit dem gemahlenen Salbei und dem Trockenknoblauch vermischen und diese Mischung gut in das Fleisch einmassieren. Den Rücken danach auf dem Drehspieß befestigen (er läßt sich nur schwer im Gleichgewicht halten und ist leichter im Grillkorb zu handhaben). Das Fleisch je nach Dicke 60-75 Min. grillen (Fleischthermometer 80°); während der letzten 5 Min. wird gesalzen.

Nach kurzem Rasten das Fleisch von den Knochen lösen und in fingerdicke Scheiben schneiden.

Servieren Sie zum Lammrücken Bratkartoffeln, gegrillte Tomaten und grüne Bohnen.

# ***Grillfest - uralt und modern***

---

## **Hammelkotelett Saloniki**

8 Hammelkoteletts ohne Knochen, 1 Eßl Öl, 1 Messerspitze Trockenknoblauch, 1 mittlere Zwiebel, 1 Eßl Öl, 40g Mandeln, 8 Oliven, entkernt oder mit Paprika gefüllt, ¼ Teel Pfeffer, 1 Teel Worcestershiresauce, Salz

Die gereinigten, abgetrockneten Hammelkoteletts so von der Seite her einschneiden, daß eine tiefe Tasche entsteht. Das Fleisch mit dem Öl, das vorher mit dem Knoblauchpulver verrührt wurde, einreiben und einige Stunden, besser über Nacht, zugedeckt ziehen lassen. - Die Zwiebel feinhacken und im Öl anschwitzen. Mit den geschälten, geriebenen Mandeln und den Oliven vermengen und mit Pfeffer und Worcestershiresauce würzen. Die Masse in die Fleischtasche füllen und diese zunähen oder mit Zahnstochern zustecken. Die Koteletts auf den heißen Rost geben und 5-6 Min. pro Seite grillen. Auf beiden Seiten salzen und auf einer gewärmten Platte anrichten.

Zu diesen pikanten Hammelkoteletts reichen Sie am besten Weinkartoffeln und Endiviensalat.

## **Hammelmedaillons á l'Arles**

8 Hammelmedaillons, 3 Eßl Olivenöl, ¼ Teel Pfeffer, ¼ Teel Rosmarin, gemahlen, 2 große Zwiebeln, 1 Aubergine, 8 Rosmarinblätter, Salz

1 Eßl Olivenöl mit Pfeffer und Rosmarinpulver verrühren, die gewaschenen, abgetrockneten Medaillons damit einreiben, zudecken und 2—3 Stunden ziehen lassen. - Die Zwiebeln in feine Ringe schneiden und im Olivenöl hellgelb anrösten. Die Aubergine in 8 dickere Scheiben schneiden und auf beiden Seiten leicht salzen und ½ Stunde ruhen lassen. - Die vorbereiteten Hammelmedaillons auf den heißen Rost legen und 3-5 Min. pro Seite (das Fleisch soll innen noch einen rosa Schimmer haben) grillen. Gleichzeitig mit dem Fleisch die mit Küchenkrepp trockengetupften Auberginenscheiben am Rand des Grills rösten, sie brauchen etwa 3-4 Min. pro Seite. - Die fertigen Medaillons salzen und auf einer gewärmten Platte anrichten, mit den gegrillten Auberginenscheiben, den gerösteten Zwiebeln und den gehackten Rosmarinblättern bestreuen.

Servieren Sie mit Bratkartoffeln und Tomatensalat.

## **Ovelias = Lämmchen am Spieß**

1 Milchlamm (15-20 kg), Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Öl, Trockenknoblauch

Das Lämmchen (am besten schon vom Metzger bratfertig vorbereitet) waschen, trocknen, innen und außen mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft einreiben und auf einem großen Drehspieß befestigen. Die Vorderbeine an den Kopf, die Hinterbeine unter den Bauch binden. Etwa 6-7 Stunden in genügender Entfernung von der Glut grillen und die Haut dabei laufend mit einer Mischung aus Öl, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Knoblauch bestreichen.

Für diese griechische Spezialität benötigen Sie lange Zeit hindurch sehr viel Glut; grillen Sie am besten über der Glut eines offenen Holzfeuers und befestigen Sie den Spieß (möglichst mit Batteriemotor) an zwei gegabelten Stangen. Reichen Sie größere Mengen verschiedene Kartoffelsalate und verschiedene Brotsorten dazu.

Beginnen Sie mit den Vorbereitungen für dieses Essen, das leicht für 30 und mehr Personen reicht, rechtzeitig! Allein die Erzeugung der richtigen Glut benötigt wenigstens 1 – 1 ½ Stunden. Während des Grillens müssen Sie dann vorsichtig von der Seite her nachheizen, ohne daß es zu einer richtigen Flammenbildung kommt.

## **Hammelkeule, gegrillt**

1 Hammelkeule, Salz, 1-2 Knoblauchzehen, Öl

Die Hammelkeule am besten schon vom Metzger entbeinen lassen. Das Fleisch waschen, abtrocknen und vom größten Fett befreien; die fetthaltige weiße Haut aber unbedingt daranlassen. An der Innenseite leicht salzen und 1 halbierte Knoblauchzehe hineinlegen. Nun das Fleisch zu einer festen Rolle binden und mit der halbierten zweiten Knoblauchzehe einreiben, mit etwas Öl bepinseln und zugedeckt über Nacht ruhen lassen. Die Keule auf dem Drehspieß befestigen und zuerst bei sehr starker, dann bei etwas schwächerer Hitze etwa 1 ½ Stunden grillen. In den letzten 10 Min. salzen. Das Fleisch soll innen noch rosig sein. Kurz ruhen lassen und in fingerdicke Stücke schneiden. Mit Kartoffelklößen oder Bratkartoffeln und grünen Bohnen auftragen.

## **Hammelkeule á la Provence**

1 Hammelkeule, Salz, 5 Knoblauchzehen, 2 Eßl Öl, 150 g Champignons, 3-4 mittlere Tomaten, ½ Teel Thymian, gehackt, Pfeffer, frisch gemahlen

2 halbierte Knoblauchzehen in Olivenöl (natürlich können Sie auch anderes Öl verwenden) geben und 15 Min. bei geringer Wärme darin ziehen lassen. - Die möglichst schon vom Metzger entbeinte, gesäuberte Hammelkeule an der Innenseite salzen. Eine halbierte Knoblauchzehe hineinlegen und das Fleisch zu einer festen Rolle binden. An der Oberfläche in Abständen 12 kleine Schnitte anbringen und die restlichen 2 geviertelten Knoblauchzehen in diese Schlitze schieben. Das Fleisch darauf mit dem Knoblauchöl einreiben, zudecken und über Nacht ruhen lassen. Danach auf den Drehspieß stecken und zuerst bei sehr starker, dann bei etwas schwächerer Hitze etwa 1 ½ Stunden grillen. Dabei von Zeit zu Zeit mit dem herabtropfenden Fett bepinseln; während der letzten 5 Min. salzen. — Die Knoblauchzehen aus dem Olivenöl entfernen. Die geputzten, gewaschenen Champignons recht grob hacken; die

# Grillfest - uralt und modern

Tomaten schälen (vorher kurz in heißes Wasser tauchen), entkernen und kleinschneiden. Champignons und Tomaten in das Knoblauchöl geben, darin weichdünsten und dann mit Thymian, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Die fertige Hammelkeule kurz ruhen lassen, in fingerdicke Schnitten schneiden und mit der Champignon-Tomatensauce übergießen. Mit Salzkartoffeln und grünem Salat auftragen.

## **Gegrillte Lammkoteletts**

**Zubereitungszeit: 20 Minuten**

*8 Lammkoteletts 2 Eßl. Olivenöl Saft von 2 Zitronen je Kotelett 1 gute Prise Salz, Pfeffer und getrockneter Thymian*

So wird's gemacht: Die Koteletts leicht klopfen. Jedes Kotelett zuerst von einer Seite mit Öl bestreichen, mit etwas Zitronensaft beträufeln. Beim Kabeljau mit Suppe wird zuerst die köstliche Fischsuppe und danach der Fisch mit selbstgemachter Mayonnaise serviert.

träufeln, salzen, pfeffern und mit Thymian bestreuen. «Die Koteletts dann mit der beölten Seite auf den Grillrost legen oder im Elektrogrill oder auf der Grillpfanne 7 Minuten grillen. »Vor dem Umwenden die andere Seite der Koteletts ebenfalls mit Öl bestreichen, mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Weitere 7 Minuten grillen.

**Das paßt dazu:** Pommes frites und Salat.

## **Gegrillte Lammkoteletts auf Gemüse**

(für 4 Personen)

*4 doppelte Lammkoteletts a 750 g, 4 Eßl. Olivenöl; Gemüse: 500 g Auberginen, 1 Gemüsezwiebel, 1/2 Tasse Olivenöl, 1/2 l Fleischbrühe (Würfel), 3 Eßl. Tomatenmark, 1 Teel. Kurkuma, frisch gemahlener Pfeffer, Salz, 250 g Tomaten, 2 süße Pfefferschoten.*

Die Lammkoteletts waschen, abtrocknen und mit Öl einreiben. Zugedeckt ziehen lassen. Für das Gemüse die Auberginen waschen, die Stengelansätze abschneiden, die Auberginen längs halbieren und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und grob würfeln. Die Hälfte des Öls in einem Schmortopf erhitzen. Die Zwiebeln darin bräunen, herausnehmen. Das restliche Öl zugeben, erhitzen und nach und nach die Auberginen darin braun braten. Zwiebeln, Brühe und Tomatenmark zugeben. Mit Kurkuma, Pfeffer und Salz kräftig würzen. 10 Minuten garen. Dann Tomatenscheiben auf das Gemüse legen, mit Salz und Pfeffer würzen, noch weitere fünf Minuten garen. Die Lammkoteletts von jeder Seite fünf Minuten grillen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf dem Gemüse anrichten. Dann mit in Streifen geschnittenen Pfefferschoten bestreuen.

*(Pro Person ca. 830 Kalorien/3474 Joule)*

## **Gegrillte Hammelkeule**

**Zutaten:** 1 Hammelkeule, ca. 2 500 g 2 Knoblauchzehen 1 gestrichener Eßl. Salz 1 Eßl. gehackte Petersilie 1 gestr. Teel. getr. Thymian 10 Rosmarinnadeln 1 Eßl. edelsüßes Paprikapulver Öl Selleriegemüse: 1 kg Staudensellerie 50 g Margarine 2 mittelgroße Zwiebeln 2 mittelgroße Karotten 3/8 l Brühe 1 gestrichenen Teel. Mehl 1/8 l Sahne 1 Teel. Zitronensaft

Die Hammelkeule von allen Fetteilen sehr sorgfältig befreien. Die Knoblauchzehen hacken und auf einem Brett mit dem Salz zerdrücken. Knoblauch, Kräuter, Salz und Paprika mit soviel Öl verrühren, dass eine streichfähige Paste entsteht. Die Hammelkeule mit der Hälfte der Paste bestreichen und mit der Hand einmassieren. 1 bis 2 Stunden einziehen lassen. Dann den Rest fest aufstreichen. Die Hammelkeule auf einen Spieß stecken und ca. 1 bis 1 1/2 Stunden grillen. Mit Öl öfters bepinseln. Für das Gemüse: Den Staudensellerie waschen und in 5 cm lange Stücke schneiden, abtropfen lassen. Die Margarine erhitzen, die Zwiebel fein hacken und darin glasig dünsten. Die Karotten schälen und würfeln. Selleriestücke und Karottenwürfel zu den Zwiebeln geben, mit Brühe aufgießen, würzen und 20 bis 25 Minuten schmoren. Mehl mit Sahne verrühren und das Gemüse zum Schluss damit binden. Noch einige Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen und mit Zitronensaft abschmecken. Zur Hammelkeule mit Gemüse reicht man Folienkartoffeln und Grilltomaten.



# Grillfest - uralt und modern

## Gegrillte Lammkoteletts

**Zutaten:** 8 Lammkoteletts, doppelt geschnitten aus dem Rücken, ca. 700 g 1 Essl. Rosmarin 1 Zwiebel (60 g) 1 Teel. weißer Pfeffer 1 Teel. Salz 4 Essl. Öl (40 g)



**Für die Sauce:** 1 rote Paprikaschote (100 g) 1 rote Pfefferschote, getrocknet 3 Tomaten (100 g) 1 Scheibe Weißbrot vom Vortag 4 Knoblauchzehen 10 geschälte Mandeln Salz, Cayennepfeffer 4 Essl. Rotweinessig ¼ l gutes Olivenöl

Das Fleisch unter fließend kaltem abspülen und gut trocknen. Die Koteletts an den Knochen etwas einschneiden. Das Rosmarin fein hacken. Die Zwiebel schälen und ebenfalls sehr fein hacken, mit dem Rosmarin, Salz, Pfeffer und dem Öl zu einer geschmeidigen Paste rühren. Die Koteletts damit von allen Seiten einreiben und zugedeckt 1 Stunde im Kühlschrank marinieren lassen. In der Zwischenzeit für die Sauce die Paprikaschoten und die Tomaten kurz im heißen Backofen backen. Enthäuten, von Rippen und Kernen befreien und in Stücke schneiden. Das Weißbrot in einem Essl. Öl einweichen. Die Paprika- und Tomatenstückchen, die Pfefferschote, die geschälten Knoblauchzehen mit den Mandeln, Salz und Cayennepfeffer in einem großen Mörser zu einem Brei vermischen. Das Weißbrot zufügen, den Essig zugießen und das

Öl teelöffelweise mit einem Schneebesen einschlagen. Die Sauce soll dickflüssig werden. Die Lammkoteletts aus der Marinade nehmen und auf einem Grill von jeder Seite ca. 3 Minuten grillen. Mit der Sauce servieren.

## Kalbfleisch

Das besonders zarte, magere Kalbfleisch ist lange nicht so gut zum Grillen geeignet wie andere Fleischsorten. Zum Braten am Spieß sollten Sie lediglich die Haxen — mit entsprechenden Vorsichtsmaßnahmen — verwenden. Kleinere Fleischstücke wie Kalbssteaks (aus der Keule geschnitten) oder Kalbskoteletts ergeben - vor allem, wenn sie in einem elektrischen Grillgerät oder im Kontaktgrill zubereitet werden — wohlschmeckende Gerichte, die außerdem noch für den empfindlichen Magen geeignet sind. Sie müssen immer durch sein und brauchen je nach Dicke 4—8 Min. pro Seite

Die Innereien vom Kalb lassen sich sehr gut am Grill zubereiten.

## Kalbssteak Hawaii

4 Kalbssteaks, Öl, 4 Scheiben Ananas, 10g Butter, Salz, Pfeffer, 1 Teel Pfefferminzblätter, gehackt Die gewaschenen, abgetrockneten Kalbssteaks leicht mit Öl einreiben, kurz ruhen lassen, auf den heißen Rost legen und 3-5 Min. pro Seite grillen. — Die Ananasscheiben sehr gut abtropfen lassen, mit Küchenkrepp trockentupfen, mit etwas flüssiger Butter bestreichen und gleichzeitig mit den Fleischstücken grillen. — Die fertigen Steaks von beiden Seiten salzen, auf eine gewärmte Platte geben, mit den Ananasscheiben belegen, mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer würzen und mit den gehackten Pfefferminzblättern bestreuen. Curryreis paßt besonders gut dazu.

## Kalbssteak Mornay

4 Kalbssteaks (je 200g), Öl, 1 große Zwiebel, 1TI Petersilie, 150g Champignons, 60g Butter, 20g Mehl, Val Milch, Salz, Pfeffer, Muskat, 40g Parmesan, gerieben, 1 Ei Die Kalbssteaks waschen, abtrocknen, kräftig mit Öl einreiben und zugedeckt einige Stunden ruhen lassen. - Die Zwiebel feinhacken, zusammen mit der gehackten Petersilie in 40 g Butter anschwitzen. Die geputzten, gewaschenen, ebenfalls gehackten Champignons dazugeben und alles etwa 10 Min. bei geschlossenem Topf dämpfen. — Das Mehl in der restlichen Butter leicht anrösten, mit der Milch aufgießen und zu einer dicklichen Sauce verkochen. Nach dem Abkühlen mit Salz, Pfeffer, Muskat und Parmesan würzen, zuletzt das Ei einrühren. - Die Kalbssteaks 3-5 Min. grillen, wenden, salzen und weitere 2-4 Min. grillen. Das Zwiebel-Petersilien-Champignongemisch auf die Fleischstücke häufen und die Sauce darüber verteilen. Nochmals unter den Grill stellen und etwa 4 Min. überbacken. Mit Buttererbsen oder Salat auftragen. nach mit Salz und Pfeffer gewürzt. (Natürlich können Sie variieren und je nach persönlichem Geschmack auch andere Gewürze oder Kräuter wählen.) Achten Sie aber darauf, daß nicht alle Fleischstücke die gleiche Grillzeit haben! Reichen Sie zum Mixed Grill Pommes frites und eine würzige Sauce oder Kräuterbutter. Unter dem Motto »Mixed Grill« können Sie zu einer Grillparty im Freien einladen. Bereiten Sie dazu die verschiedensten Fleisch- und Wurstsorten vor. Jeder Partygast kann nun selber Grillkoch spielen und sich das von ihm gewünschte Stück Fleisch grillen. Sie haben nichts weiter zu tun, als rechtzeitig für die richtige Glut zu sorgen. Reichen Sie Weißbrot, Kartoffeln in der Folie und Pommes chips (Pak-kung), französischen Salat, Kartoffelsalat, Maissalat und - nicht zu vergessen — würzige Saucen und mindestens 2—3 Buttermischungen.

# Grillfest - uralt und modern

## Hackfleisch vom Grill

Hackfleisch ist aus der Grillküche nicht wegzudenken. Es ist schnell und problemlos zubereitet - es wird nie zäh oder trocken - und gelingt daher auch jedem Anfänger. Neben den typischen Spezialitäten, den Cevapcici aus Jugoslawien oder den Hamburgers aus Amerika, können Sie Hackfleisch in jeder von Ihnen gewünschten Zusammensetzung und Geschmackvariation bereiten, zu »Steaks« formen und auf dem Rost grillen. (Hackfleisch zum Grillen enthält keine Semmeln!) Sie brauchen je nach Dicke und Fleischart 4—6 Min. pro Seite. Wir wollen uns in diesem Buch daher auf ein paar der bekanntesten Rezepte beschränken, die Sie dazu anregen sollen, weitere Varianten zu versuchen.

### **Cevapcici**

*je 200g Rindernacken, Rinderschulter, Zwerchrippe und Rinderbauch, Salz, Pfeffer*

Das gesamte Rindfleisch zweimal durch den Fleischwolf drehen, kräftig mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen, sehr gut durchkneten und 2-3 Stunden ruhen lassen. Danach mit angefeuchteten Händen daumengroße »Würstchen« formen, diese auf den sehr heißen Rost legen und insgesamt etwa 5-6 Min. grillen, dabei mehrmals wenden. Die Cevapcici am besten auf Holztellern mit marinierten roten Paprikastreifen anrichten und mit gehackten Zwiebeln oder Zwiebelringen, die mit Rosenpaprika bestreut sind, servieren. Frisches Weißbrot und Weißkohlsalat passen besonders gut dazu.

### **Hamburger**

*500g Rindfleisch, gehackt, Salz, Pfeffer, etwas Sahne (oder Kondensmilch), 4 Semmeln, 20g Butter, 4 Salatblätter, 1 große Zwiebel für Zwiebelringe*

Das gehackte Rindfleisch mit Salz und Pfeffer würzen, mit 1—2 Teel Sahne geschmeidig machen, gut durchkneten und 4 nicht zu dicke »Steaks« in der Größe einer Semmel formen; dann auf den heißen Rost legen und 3-4 Min. pro Seite grillen.

Diese Hamburger auf folgende »klassische Art« servieren: Die Semmeln halbieren und am Rand des Grillgeräts von beiden Seiten leicht anrösten. Die untere Semmelhälfte dünn mit Butter bestreichen, mit einem Salatblatt und einigen Zwiebelringen belegen, die Hamburger darauflegen, je nach Geschmack noch einige Scheibchen Essiggurken daraufgeben und mit der zweiten Semmelhälfte bedecken. Unbedingt Tomatenketchup dazu reichen.

Eine andere Variation: Verwenden Sie statt der Butter 1-2 Teel Mayonnaise, die Sie auf die Hamburger geben.

### **Cheeseburger**

*500g Rindfleisch, gehackt, ½ Zwiebel, 2 Teel Öl, 1 Eigelb, ½ Teel Pfeffer, ½ Teel Oregano, 4 Scheiben Emmentaler Scheibletten, 1 Teel Edelsüßpaprika*

Die Zwiebel feinhacken und im Öl anschwitzen. Das gehackte Rindfleisch mit der gedämpften Zwiebel, dem Eigelb, dem Pfeffer und dem Oregano vermischen und gut durchkneten. Aus dem Fleischteig 4 »Steaks« formen, auf den heißen Grill legen und 3 Min. pro Seite grillen, dann mit den Emmentaler Scheibletten belegen und noch so lange unter dem Grill lassen, bis die Scheibletten schmelzen. Zuletzt mit Paprika bestreuen.

Servieren Sie die Cheeseburger nach amerikanischer Methode mit Tomatenketchup und reichen Sie Weißbrot und Kopfsalat dazu.

### **Chickenburger**

*200 g Kalbfleisch, gehackt, 300g Geflügelfleisch, gehackt (auch gekochte Reste), 1 Eigelb, ½ Teel Salz, 1 Messerspitze Zitronenmelisse, gemahlen, 1 Messerspitze Pfefferminze, gemahlen, 1 Messerspitze Ingwer*

Das Hackfleisch mit dem Eigelb mischen, mit Salz, Zitronenmelisse, Pfefferminze und Ingwer würzen und sehr gut durchkneten. Aus dem Fleischteig 4 etwa 1 ½ cm dicke Steaks formen, auf den heißen Rost legen und 4-5 Min. pro Seite grillen.

Servieren Sie sie mit einer Ingwersauce oder mit einer fertigen Sauce wie Mango Chutney; Sie können die Chickenburger aber auch mit einer beliebigen pikanten Sauce bestreichen und zwischen zwei Salatblätter in eine aufgeschnittene Semmel legen.

# Grillfest - uralt und modern

## Spießchen - ein Kapitel für sich

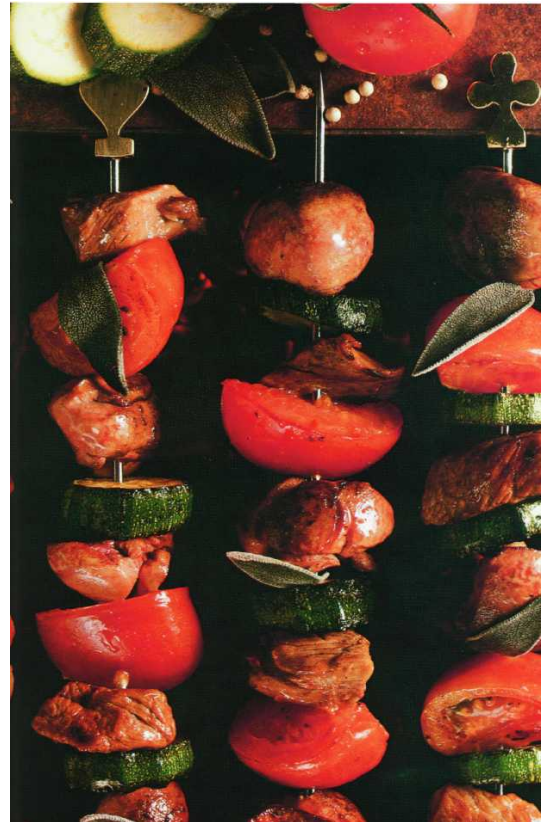
Spießchen gehören zu den lustigsten Grilladen: Eine oder mehrere Fleischsorten, Speckscheiben, Würstchen und Gemüsestückchen werden verschieden gewürzt, ganz nach Lust und Laune auf Spießchen gereiht und unter häufigem Wenden auf dem Rost oder mit der Schaschlikgarnitur des Drehspießes gegrillt.

Einige Punkte sollten Sie aber beim Grillen mit Spießchen beachten:

- Verwenden Sie nur Zutaten mit annähernd gleichen Garzeiten. Kleine Unterschiede kann man dadurch ausgleichen, daß man die betreffenden Stücke entsprechend größer oder kleiner macht.
- Eng gesteckte Spieße garen weniger rasch als locker gesteckte, bei denen die Strahlungshitze jedes einzelne Teilchen besser treffen kann.
- Verwenden Sie (vor allem bei Metallspießchen) am besten eckige Spießchen. Die Zutaten halten beim Wenden besser als bei runden.
- Und noch ein Tip: Veranlassen Sie eine »Spießchen-Party« im Freien: Bereiten Sie mehrere Schüsseln mit verschiedenen Fleischsorten, mit Würstchen, Speck, Zwiebeln und Tomaten vor. Rechnen Sie 150-200g Fleisch pro Kopf. Das ist nicht zuviel! Stellen Sie verschiedene Gewürze: Salz, Pfeffer, Paprika, Piment und auch getrocknete Kräuter dazu. Jeder Gast kann sich nun sein Spießchen zusammenstellen und über der Glut grillen. Dazu gibt es Weißbrot.

Vergessen Sie aber nicht, rechtzeitig für die richtige Glut zu sorgen.

Und legen Sie möglichst mehrere Grillhandschuhe oder Topflappen und genügend Papierservietten bereit.



### **Berliner Spießchen**

600 g Rindsfilet, 2 Eßl Öl, 2 Eßl Cognac, ½ Teel Pfeffer, 1 Messerspitze Piment, 2 kleine Zwiebeln, 2 kleinere Äpfel, 100g Frühstücksspeck, dünn geschnitten, Salz

Das gereinigte, enthäutete Rindsfilet in daumendicke Scheiben schneiden, mit einer Mischung aus Öl, Cognac, Pfeffer und Piment bestreichen, in Alu-Folie packen und 2-3 Stunden ruhen lassen. Die Stücke dann trockentupfen und vierteln. Die Zwiebeln schälen und vierteln.

Die Äpfel schälen, entkernen und vierteln. Die Speckscheiben halbieren und kleine Röllchen daraus machen. Die Filetstücke abwechselnd mit Zwiebeln, Äpfel und Speckröllchen auf Spießchen stecken und 8-10 Min. grillen. Nach der ersten Hitzeeinwirkung die Fleischstücke salzen und laufend mit der restlichen Marinade bepinseln. Servieren Sie die Spieße mit Kartoffelpüree oder Champignonreis.

### **Berner Spießchen**

400g Emmentaler, 120g Frühstücksspeck, dünn geschnitten, 4 Wiener Würstchen, 16 Schalotten, 8 Gewürzgurken, 4 kleine Tomaten, 1 Eßl Öl, 1 Teel Senf, ¼ Teel Pfeffer

Den Emmentaler in 2-3 cm lange, fingerdicke Stücke schneiden und mit Frühstücksspeck umwickeln. Die Würstchen ebenfalls in 2-3 cm lange Stücke schneiden. Die Schalotten schälen. Die Gewürzgurken halbieren, die Tomaten achteln. Sämtliche Zutaten in bunter Reihenfolge auf Spießchen stecken und 8-10 Min. grillen. Das Öl mit dem Senf und dem frisch gemahlene Pfeffer verrühren und die Spießchen während des Grillens immer wieder damit bepinseln. Mit Rösti und Kopfsalat zu Tisch geben.

### **Filetspießchen**

500g Rindsfilet, 2 Eßl Öl, ½ TEEL Pfeffer, 2 grüne Paprikaschoten, 4 kleine Tomaten, 2 kleine Zwiebeln, Salz

Das Rindsfilet waschen, abtrocknen, enthäuten und in 2-3 cm große Würfel schneiden. Das Öl mit dem Pfeffer (frisch gemahlen) verrühren. Die Fleischwürfel in das gewürzte Öl legen, etwa 1 Stunde marinieren lassen, herausheben und sehr gut abtropfen lassen. Die gereinigten Paprikaschoten (Kerne entfernen) in je 8 Stücke teilen. Die Tomaten vierteln. Die Zwiebeln schälen, quer halbieren und jede Hälfte nochmals in 4 Stücke teilen. Die Fleischwürfel abwechselnd mit den Tomaten und Paprikawürfeln auf kleine Spieße stecken und diese insgesamt 6-8 Min. grillen. Von allen Seiten salzen und auf einer gewärmten Platte oder auf Safranreis anrichten.

# Grillfest - uralt und modern

## **Filetspießchen Carmen**

500 g Rindsfilet, Viel Olivenöl, 1/16 l Rotwein, 1 Eßl Edelsüßpaprika, ½ TEEL Pfeffer, frisch gemahlen, ½ Teel Salz, 12 schwarze Oliven, entsteint, 4 feste kleine Tomaten, 2 mittlere Zwiebeln

Das gereinigte Rindsfilet in 2-3 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel geben, Öl und Rotwein zusammen mit den Gewürzen gut verquirlen und über die Fleischstückchen gießen. 2-3 Stunden ziehen lassen, dann herausnehmen, abtropfen lassen und auf Küchenkrepp nachtrocknen lassen. - Inzwischen die Oliven halbieren; die Tomaten vierteln, die Zwiebeln quer halbieren und jede Hälfte nochmals in 4 Teile schneiden. Die Fleischstückchen in bunter Reihenfolge mit den Oliven, den Tomaten und den Zwiebeln auf Spießchen stecken und 8-10 Min. grillen, während der letzten 2 Minuten salzen. Dazu passen Kümmelkartoffeln oder Weinkartoffeln.

## **Lammspießchen**

600g Lammfleisch, 150g durchwachsener Speck (in dünne Streifen geschnitten), 1 große Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Lorbeerblatt, ¼ l Rotwein, 2 Eßl Essig, 1 Messerspitze Nelkenpulver, 1 Messerspitze Zimt, gestoßen, ¼ Teel Pfeffer, frisch gemahlen, Salz, etwa 1 Eßl Öl, 1 Eßl Stärkemehl

Die Zwiebeln feinhacken und zusammen mit den zerdrückten Knoblauchzehen und dem Lorbeerblatt 5 Min. im Wein kochen. Dann mit Essig, Nelkenpulver, Zimt und Pfeffer würzen und diese Marinade noch heiß über das gesäuberte, in etwa 3 cm große Würfel geschnittene Lammfleisch gießen. 4-5 Stunden zugedeckt marinieren lassen. Das Fleisch danach mit Küchenkrepp abtrocknen, leicht mit Öl bepinseln, auf 4 Spießchen verteilen und etwa 8-10 Min. grillen, dann salzen und auf einer gewärmten Platte anrichten. - Die Marinade abseihen, auf etwa 1/16 l Flüssigkeit einkochen, mit dem in etwas Wasser angerührten Stärkemehl binden und als dünne Sauce über die Spieße gießen. Mit Kartoffelpüree und Salat zu Tisch geben.

Natürlich können Sie auch diese Spießchen noch bereichern, indem Sie Tomatenviertel, Paprikaschoten und (oder) Zwiebelstückchen zwischen die Fleischwürfel geben.

## **Hirtenspieße**

100g Roastbeef, 100g Hammelkotelett, ausgelöst, 100g Schweinskotelett, ausgelöst, 100g durchwachsener Speck, 1/8 l Öl, 1 Teel Pfeffer, 1 Messerspitze Trockenknoblauch, 2 Wiener Würstchen, 4 Zwiebeln, 4 Tomaten, 4 grüne Paprikaschoten, Salz, 2 Teel Edelsüßpaprika

Sämtliche Fleischsorten in etwa 3 cm große Stücke schneiden, in das mit Pfeffer und Knoblauch gewürzte Öl legen, mehrmals wenden, gut zudecken und 1-2 Stunden ziehen lassen. Danach auf Küchenkrepp zum Trocknen legen. Die Würstchen in 2—3 cm große Stücke schneiden. Die geschälten Zwiebeln, die gewaschenen Tomaten (Kerne leicht ausdrücken) und die gewaschenen, entkernten Paprikaschoten in je 8 Stücke teilen. Sämtliche Zutaten in bunter Reihenfolge auf Spießchen stecken und 8-10 Min. grillen. Während der letzten Minuten salzen. Die fertigen Spießchen auf einem Holzteller anrichten und mit Paprika bestreuen. Reichen Sie Bauernbrot oder Kümmelkartoffeln dazu.

## **Schaschlik auf kaukasische Art**

600g Hammelfleisch, 3 Zwiebeln, 1 Eßl Petersilie, gehackt, 2 Eßl Zitronensaft, 2 Eßl Weinessig, ½ Teel Pfeffer, Salz

Eine Zwiebel feinreiben und mit Petersilie, Zitronensaft, Essig und Pfeffer vermengen. - Das Fleisch in etwa 3 cm große Stücke schneiden, in der Marinade wenden, in Alu-Folie packen und über Nacht ziehen lassen. Die restlichen Zwiebeln in Stücke schneiden. Die marinierten Fleischstücke abwechselnd mit den Zwiebelstücken auf Spieße stecken und 8-10 Min. grillen. Während der letzten Minuten salzen. Mit Kümmelkartoffeln und Bohnensalat auftragen.

## **Sis Cevap**

500 g Hammelfleisch, Pfeffer, 4 grüne Paprikaschoten, 4 Tomaten, 4 kleine Zwiebeln, 4 kleinere Kartoffeln, Salz

Das gereinigte Hammelfleisch in 2-3 cm große Stücke schneiden und mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Die Paprikaschoten entkernen und in 8 Stücke schneiden; die Tomaten und die Zwiebeln achteln, die Kartoffeln in stärkere Scheiben schneiden und 3-4 Min. in Salzwasser überbrühen. Sämtliche Zutaten abwechselnd auf Spießchen stecken und 10-12 Min. grillen, in den letzten 2 Min. salzen. Mit Butterreis oder Graubrot zu Tisch geben.

## **Nürnberger Spießchen**

8 Nürnberger Bratwürstchen, 16 Schalotten, 4 grüne Paprikaschoten, 1 Eßl Öl, 1 Messerspitze Trockenknoblauch

Die Bratwürstchen halbieren; die Schalotten schälen; die Paprikaschoten entkernen und in je 4 Stücke schneiden. Alles abwechselnd auf Spießchen stecken und etwa 8 Min. grillen; dabei von Zeit zu Zeit mit dem Öl, das vorher mit etwas Knoblauch gewürzt wurde, bestreichen. Mit Kartoffelsalat auf Bauern-Art auftragen.

## **Raznjici**

250g Kalbfleisch (Schulter), 250g Schweinefleisch (Keule), eventuell 4-8 kleine Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, 4 große Zwiebeln  
Das Fleisch in etwa 3 cm große Würfel schneiden (sehr mageres Kalbfleisch eventuell etwas mit Öl einreiben) und

# Grillfest - uralt und modern

---

abwechselnd auf Spieße stecken. Je nach Geschmack können noch pro Spieß 1 oder 2 kleine Lorbeerblätter zwischen die Fleischstücke gesteckt werden. Die Spieße 10-12 Min. grillen, pfeffern, salzen und auf Holztellern anrichten und mit Zwiebelringen garnieren. Mit verschiedenen Brotsorten auftragen.

## Römische Spießchen

2 Kalbsnieren, 400g Kalbfleisch, 4 Tomaten, 4 Zucchini, ¼ Teel Basilikum (Pulver), 1 Teel Salz, ½ Teel Edelsüßpaprika, ¼ Teel weißer Pfeffer, 6El Öl, 1/8 l Rotwein, 8-12 kleine Salbeiblätter

Die Kalbsnieren unter kaltem Wasser waschen, abtrocknen, von Fett und Harnröhren befreien und in 2-3 cm große Stücke schneiden. Das gewaschene, abgetrocknete Kalbfleisch ebenfalls in Stücke schneiden. Die Tomaten vierteln, die Zucchini in fingerdicke Scheiben schneiden. - Basilikum (frische, sehr fein gehackte Kräuter sind noch besser als Pulver, verwenden Sie etwa 1 Teel voll), Salz, Pfeffer und Paprika mit dem Öl verrühren und den Rotwein dazumischen. Die Nieren-Fleisch-Gemüsestückchen unter mehrmaligem Wenden etwa 1 Stunde in dieser Marinade ziehen lassen, herausheben, gut abtropfen lassen und auf Küchenkrepp trocknen. Sämtliche Zutaten auf Spießchen stecken und dabei je Spieß 1-2 Salbeiblätter dazwischenstecken. Die Spießchen 8-10 Min. grillen und dabei immer wieder mit der abgetropften Marinade bepinseln. Reichen Sie Weißbrot dazu.

## Geflügelleberspießchen

500g Hühnerleber, 120g kleine Champignons, 40g Butter, ¼ Teel Pfeffer, frisch gemahlen, ½ Teel Salz, 1 Messerspitze Ingwer, 1 Messerspitze Piment

Die gewaschenen, getrockneten Hühnerlebern in je 3-4 Stücke schneiden, abwechselnd mit den geputzten, gewaschenen Champignons auf Spieße stecken und mit etwas zerlassener Butter bepinseln. Etwa 8-10 Min. grillen. Die Gewürze mit der restlichen Butter vermischen und die Spießchen während der letzten 4 Min. immer wieder mit dieser Mischung bestreichen. Mit Weißbrot und Salat auftragen.

## Nierenspießchen

4 Kalbsnieren, Rosmarin oder Thymian, 60 g Speck in dünne Scheiben geschnitten, 4 kleine feste Tomaten, Salz, Pfeffer

Die kalt gewaschenen Kalbsnieren vom Fett befreien und in fingerdicke Scheiben schneiden. Mit 1-2 Rosmarinblätter (oder einigen Blättchen Thymian) belegen und mit einem schmalen Speckstreifen umwickeln. Die Päckchen abwechselnd mit den Tomatenvierteln auf Spießchen stecken und etwa 8-10 Min. grillen. Vor dem Auftragen leicht salzen und pfeffern.

Servieren Sie mit Champignonreis oder Weißbrot. 92

Dieses Rezept kann auch mit Schweinenieren zubereitet werden. Geben Sie dann noch zerteilte Paprikaschoten oder Gurkenstücke zusätzlich auf die Spieße.



## Schweinenierenspießchen

4 Schweinenieren, ¼ l Rotwein, 1/8 l Öl, 1 Lorbeerblatt, 2 Wacholderbeeren, zerdrückt, ½ Teel Thymian, Salz, 2 Tomaten, 2 Zwiebeln, ½ Salatgurke, 2 grüne Paprikaschoten, 100g durchwachsener Speck in Scheiben, 1 Eßl Petersilie, gehackt

Die gut gereinigten, abgetrockneten Nieren in fingerdicke Scheiben schneiden, in eine Mischung aus Rotwein, Öl, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Thymian und Salz geben und 3-4 Stunden marinieren lassen. - Die Tomaten und die Zwiebeln achteln, die Salatgurke in ½ - 1 cm dicke Scheiben schneiden, die entkernten Paprikaschoten in größere Stücke schneiden. Die Speckstreifen halbieren und rollen. - Die Nieren aus der Marinade heben und gut abtrocknen. Alle Zutaten abwechselnd auf vier Spießchen und 12-14 Min. grillen. Vor dem Anrichten mit der gehackten Petersilie bestreuen. Mit Safranreis und grünem Salat auftragen.

Schweinsnierenspießchen (links)

# ***Grillfest - uralt und modern***

---

## **Schweinespießchen Dänemark**

500g Schweinsfilet, 16-20 Dörripflaumen, entkernt, VW Rotwein, 16-20 dünne Speckscheiben, 2 Eßl Öl, ½ Teel Pfeffer, 1 Eßl Salbei, gemahlen, Salz

Das gereinigte Schweinsfilet in gut daumendicke, etwa 3 cm große Stücke schneiden. Die über Nacht in Rotwein eingeweichten, mit Küchenkrepp getrockneten Pflaumen mit den Speckscheiben umwickeln und abwechselnd mit den Fleischstückchen auf Spieße stecken. Etwa 10-12 Min. grillen. - Das Öl mit den Gewürzen vermischen und die Spießchen während des Grillens immer wieder damit bestreichen, zuletzt salzen.

Mit Kartoffelpüree und Kopfsalat auftragen.

Besonders gut: Geben Sie zusätzlich noch einige Apfelstückchen auf die Spieße.

## **Geflügel vom Grill**

Geflügel ist wie geschaffen für den Grill. Es ist von einer schützenden Haut umgeben, die das zarte Geflügelfleisch vor dem Austrocknen bewahrt. Achten Sie darauf, daß diese Haut nicht verletzt wird. Geflügel darf nicht nur, es soll sogar vor dem Grillen gewürzt - auch gesalzen - werden; bei nachträglichem Würzen würden die Geschmacksstoffe nicht genügend in das Fleisch eindringen. Grillmarinaden werden dagegen erst in den letzten 10 Min. aufgespritzt. Die Haut könnte sonst verbrennen.

Zum Spießbraten sind in erster Linie Hühner und Enten geeignet, aber auch junge Gänse (bis etwa 3 kg) und ganz junge Truthähne (2,5—3 kg) ergeben leckere Gerichte. Sie werden vor dem Grillen dressiert: Die Flügel und die Beine werden unter dem Körper festgebunden; die lockere Halshaut wird über den Halsstummel gezogen und festgesteckt. Auf dem Rost können Geflügelteile gegrillt werden. Zum Grillen eignet sich sowohl frisches als auch tiefgekühltes Geflügel. Tiefkühlware muß vor der Verwendung vollkommen aufgetaut werden, das geschieht am besten über Nacht im Kühlschrank. Die nachfolgenden Rezepte können Sie nach Ermessen abwandeln.

## **Hähnchen Traunas**

2 Brathähnchen, Salz, ¼ Tl Ingwer, 125g Ananasscheiben (Dose), 300g große Weintrauben, möglichst kernlos, Öl oder Butterfett, 1/8 l Ananassaft, 2 Eßl Zitronensaft, 1 Eßl Senf

Das gereinigte Hähnchen innen und außen mit Salz und Ingwer einreiben. Die Ananasscheiben kleinschneiden, mit den Weintrauben (abgezupft) mischen und in die Bauchhöhle füllen. Die Öffnung zunähen oder zustecken. Flügel und Beine an den Körper festbinden. Die Hähnchen auf den Drehspieß stecken, mit etwas Öl oder Butterfett bepinseln und 45-60 Min. grillen. Während der zweiten Hälfte der Grillzeit immer wieder mit einer Mischung aus Ananassaft, Zitronensaft und Senf bepinseln. Die fertigen Hähnchen erst bei Tisch tranchieren. Reichen Sie Butterreis oder Pommes Duchesse dazu.

## **Hähnchen am Spieß**

2 junge Brathähnchen, Salz, 2 Zweiglein Rosmarin, Petersilie, Öl

Die sorgfältig gereinigten Hähnchen innen und außen mit Salz einreiben. Die Kräuter in die Bauchhöhle stecken und die Öffnung zustecken oder vernähen. Die Hähnchen dressieren, auf dem Drehspieß befestigen und 45-60 Min. grillen, dabei laufend mit Öl oder Butterfett bepinseln. Eine besonders knusprige und wohlschmeckende Kruste erhalten Sie, wenn Sie das Hähnchen während der letzten 5 Min. mit hellem Bier bepinseln; auch Wein, Cognac oder Sherry sind dazu geeignet. Mit einem beliebigen Kartoffelsalat oder buntem Salat auftragen.

## **Hähnchen am Rost**

2 junge Brathähnchen, 1-2 Eßl Öl, Salz, 1EI Butter

Die vorbereiteten, gereinigten Hähnchen in der Mitte halbieren, mit Öl bestreichen und an der Hautseite mit Salz einreiben. Die Hähnchenhälften so auf den Rost legen, daß die flache Seite zur Hitzequelle schaut, etwa 20 Min. grillen, wenden, auf der flachen, jetzt gegrillten Seite ebenfalls salzen und in weiteren 15-20 Min. fertig grillen. Die letzten 5 Min. laufend mit der zerlassenen Butter bestreichen. Die Hähnchen mit beliebigem Salat auftragen.

## **Gänsebraten am Spieß**

1 junge Gans (etwa 3 kg), Salz, Pfeffer, 3 Äpfel, 2 Zwiebeln, 1 Teel Petersilie, gehackt, 1 Teel Beifuß, ½ TEEL Majoran, 1-2 Eßl Apfelsaft

Die gereinigte Gans innen und außen mit Salz und einer Spur Pfeffer einreiben. Die Äpfel schälen, entkernen und in Achtel schneiden. Die Zwiebeln in dicke Scheiben schneiden. Die Äpfel und Zwiebeln mit Petersilie, Beifuß und Majoran vermischen, in die Bauchhöhle füllen und diese zunähen. Die Gans dressieren, auf dem Drehspieß befestigen und - nicht zu nahe an der Glut—etwa 2—2 ½ Stunden grillen. Ein Bepinseln während des Grillens ist nicht notwendig, da die Haut genügend fett ist. Erst während der letzten 10 Min. mit Apfelsaft bestreichen. Mit Kartoffelklößen und Weinkraut servieren.

# Grillfest - uralt und modern

## Frisch aufgespießt

*Im Sommer lässt sich herrlich mit Freunden im Freien tafeln. Voraussetzung dafür sind unkomplizierte und schnelle Köstlichkeiten vom Grill wie diese bunten Spieße*

### Kartoffel- und Puten-Paprika-Spieße

#### Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g festkochende Kartoffeln
  - 2 Knoblauchzehen
  - 1 TL getrockneter Majoran
  - 1 TL getrockneter Thymian
  - 3 EL frisch geriebener Parmesan
  - 10 EL Olivenöl extra vergine
  - Salz, weißer Pfeffer
  - 250 g Putenbrustfilet
  - 1 rote oder gelbe Paprikaschote
1. Kartoffeln mit Schale ca. 15 Minuten kochen, kalt abschrecken und die Schale abziehen. Kartoffeln in Scheiben schneiden.
  2. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Mit Majoran, Thymian, Parmesan und Olivenöl zu einem Würzöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
  3. Putenbrustfilet waschen, trockentupfen und in Stücke (ca. 2x2 cm) schneiden. Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen und ebenfalls in Stücke schneiden. Würzöl auf zwei Schüsseln verteilen. Kartoffeln in der einen Schüssel, Paprika- und Geflügelwürfel in der anderen marinieren.
  4. Kartoffeln aufspieße stecken. Paprika- und Geflügelwürfel abwechselnd ebenfalls aufspieße ziehen. Kartoffelspieße nur kurz auf den Grill legen. Puten-Paprika-Spieße von jeder Seite 3-5 Min. grillen.



## Auch Fische kann man grillen

Fische vom Grill sind schmackhafte Delikatessen. Bei der Zubereitung müssen Sie allerdings einige Vorsicht walten lassen. Zum Grillen von Fisch eignet sich ein elektrischer Grill mit oben angebrachter Strahlungsquelle am besten. Die Zubereitung ist aber auch auf dem Holzkohलगrill möglich; hier sollte man für die Fische einen Doppeldrehrost verwenden, da sie sonst beim Wenden leicht zerfallen. Die Verwendung eines Kontaktgrills ist nicht zu empfehlen. — Und für ganz Vorsichtige: Wickeln Sie den vorbereiteten und gewürzten Fisch in Alu-Folie und legen ihn so auf den Grill. Dann kann wirklich nichts schiefgehen!

Kleinere Fische können im Stück auf den Rost gelegt werden, größere Fische werden in dicken Scheiben gegrillt. Immer aber werden die Fische vorher in Zitronensaft (oder Weinessig) mariniert. Das Fleisch wird dadurch nicht nur schmackhaft, sondern auch fester. Gesalzen wird ebenfalls vor dem Grillen. Danach kommen die Fische, die immer eingeeilt oder mit zerlassener Butter bepinselt werden, auf den heißen Rost (auch die Stäbe ölen) und werden nicht zu dicht an der Strahlungsquelle gegrillt.

### Heringe in Senfsauce

4 grüne Heringe, Salz, 2 Eßl Zitronensaft, 4 Teel Senf, 8 Blättchen Rosmarin, 2 Eßl Öl, 40g Butter, 30g Mehl, 3/8 l Fleischbrühe (Würfel), 3-4 Eßl scharfer Senf, Salz, Pfeffer, Essig, Zucker

Die gut gereinigten Heringe mit Küchentrepp trockentupfen und mit einer Mischung von Salz, Zitronensaft und Senf einreiben; je zwei Blättchen Rosmarin in die Bauchhöhle geben und die Fische etwa 1 Stunde zugedeckt ziehen lassen. Die Heringe mit Öl bepinseln, auf den sehr heißen Rost legen und (in genügendem Abstand von der Strahlungsquelle) etwa 3—5 Min. pro Seite grillen. — Während die Fische ruhen, aus Butter und Mehl eine helle Mehlschwitze bereiten, mit der kochenden Fleischbrühe aufgießen und 10 Min. leicht kochen lassen. Den Senf dazurühren und mit Salz, Pfeffer, einem Spritzer Essig und einer Prise Zucker pikant abschmecken. Die fertige Sauce, die Sie am Rand des Grills warm halten können, über die fertigen Fische gießen. (Für Eilige: Servieren Sie die Heringe mit Senfbutter.) Reichen Sie Pellkartoffeln dazu.

Auf diese Art können Sie Makrelen oder andere kleine Fische zubereiten.

# Grillfest - uralt und modern

## **Sardinen vom Grill**

16-24 Sardinen (je nach Größe), Salz, Butter, 1 Zitrone  
Die Sardinen waschen (tiefgekühlte Fische müssen vor Verwendung aufgetaut werden), mit Küchentrepp abtrocknen und leicht salzen. Je nach Wunsch die Köpfe entfernen: Die Fische auf den heißen Rost legen und 1-2 Min. pro Seite grillen. Beim Anrichten mit etwas Zitronensaft beträufeln und frische oder zerlassene Butter darübergerben. Das schnell zubereitete Gericht mit Kartoffelsalat auftragen.



## **Hechtschnitten, gegrillt**

1 Hecht (etwa 1 ½ kg), 6 Eßl Öl, 2 Eßl Zitronensaft, 1 Teel Salz, 1 Messerspitze Pfeffer, frisch gemahlen, 40g Butter

Den geschuppten, ausgenommenen und gewaschenen Hecht mit Küchentrepp abtrocknen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden (Kopf und Schwanz vorher entfernen). Das Öl mit dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren, über die Hechtschnitten gießen und diese 1 Stunde ziehen lassen. Die Fischstücke aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen, auf den heißen Rost legen und 6-8 Min. pro Seite grillen. Gegen Ende der Grillzeit mit zerlassener Butter bepinseln. Auf einer gewärmten Platte anrichten und mit Zitronenschnittchen garnieren. Reichen Sie Salzkartoffeln und Remouladensauce oder Sahnemeerrettich dazu. Nach dem gleichen Rezept können Lachsschnitten, Zanderschnitten, Heilbuttschnitten und Steinbuttschnitten, aber auch alle Filets von Fischen mit festem Fleisch, wie z.B. beim Kabeljau, zubereitet werden.

## **Folienfisch auf mexikanische Art**

1 ½ kg Fische, 4 Eßl Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Öl, 2 Zwiebeln, 5 Oliven, 1 Messerspitze Cayennepfeffer, Vs l Orangensaft, Petersilie, 4 hartgekochte Eier

Zu diesem Rezept können Sie einen größeren Fisch wie Hecht oder Zander, 4 kleinere Fische wie Forellen, Barsche oder Makrelen, aber auch Fischfilets verwenden.

Den vorbereiteten Fisch mit der Hälfte des Zitronensaftes, in dem ¼ Tl Salz gelöst wurde, übergießen und ½ Stunde zugedeckt ziehen lassen. Den Fisch danach trockentupfen, mit frischem Zitronensaft, Salz und etwas Pfeffer einreiben und in ein großes, mit Öl bestrichenes Stück Alu-Folie einpacken. Das Päckchen im ersten Drittel der Grillzeit mit der Nahtseite nach unten auf dem heißen Rost grillen, dann wenden. Ein größerer Fisch braucht dabei etwa 25—35 Min., kleinere Fische sind in 12-15 Min. gar, Fischfilets brauchen nur 7-10 Min. - Die Zwiebeln und die entkernten Oliven sehr fein hacken, mit dem Cayennepfeffer vermischen und im Öl anschwitzen. Mit dem Orangensaft aufgießen, kurz durchkochen und mit Salz, Pfeffer und Petersilie würzen. Die Sauce vom Feuer nehmen und die gehackten Eier darunterermischen. — Etwa 2 Min. vor Ende der Grillzeit in das Fischpäckchen ein daumengroßes Loch machen und die Sauce zu dem Fisch gießen. Servieren Sie Weißbrot dazu.

## **Kräuterfische in Alu-Folie**

4 beliebige Fische, 1 Teel Salz, 1-2 Eßl Zitronensaft, 4 Kräuterzweiglein, 40g Butter

Für dieses Rezept eignen sich alle Fische, die im Stück zubereitet werden, wie Forellen, Äschen, Makrelen, Felchen, Heringe, Schleien, Rotzungen oder Seezungen.

Die gereinigten, getrockneten Fische mit Salz und Zitronensaft einreiben und je ein Kräuterzweiglein (Salbei, Rosmarin, Liebstöckl, Estragon, Zitronenmelisse, Dill, Ysop...) und ein etwa kirschkerngroßes Stück Butter in die Bauchhöhle stecken. 4 Stück Alu-Folie zurechtschneiden, mit der restlichen erweichten Butter bestreichen und die vorbereiteten Fische darin einpacken. Die Päckchen mit der Nahtseite nach unten auf den heißen Rost legen, 4 Min. grillen, wenden und in 8-10 Min. fertig grillen. Die Fische in den Päckchen auftragen. Reichen Sie Salzkartoffeln und Kopfsalat dazu

## **Forelle am Rost**

4 Forellen, 1 Teel Salz, 1 Eßl Zitronensaft, 40g Butter, 4 Scheiben Kräuterbutter

Die ausgenommenen, gewaschenen Forellen mit Küchentrepp trockentupfen. Das Salz mit dem Zitronensaft verrühren, die Fische innen und außen damit einreiben, ¼ Stunde ziehen lassen und danach mit der zerlassenen Butter bepinseln. Auf den sehr heißen Rost legen (nicht zu nahe an die Strahlungsquelle) und 5—6 Min. pro Seite grillen. Auf einer gewärmten Platte anrichten, mit zerlassener Kräuterbutter übergießen und mit Zitronenschnittchen garnieren.

Reichen Sie Petersilienkartoffeln und Kopfsalat dazu.

Auf diese Art können alle kleineren Fische - Süßwasser- wie Seefische — zubereitet werden: Äsche am Grill, Barsch am Grill, Felchen am Grill, Makrele am Grill, Schleie am Grill, Seezunge am Grill.

# Grillfest - uralt und modern

## Forelle Budapest



4 Forellen, 1 Eßl Petersilie, ½ Teel Majoran, ½ Teel Beifuß, ½ Teel Edelsüßpaprika, 1 Messerspitze Pfeffer, frisch gemahlen, Salz, 2 Eßl Zitronensaft, 1/8 l Öl

Die gewaschenen Forellen mit Küchenkrepp trockentupfen. Die gehackten Kräuter (bei getrockneten Kräutern diese sehr fein zerreiben und nur die Hälfte der angegebenen Menge nehmen) zusammen mit den Gewürzen und dem Zitronensaft vermischen. Die Fische innen und außen mit dieser Mischung einreiben und etwa 1 Stunde zugedeckt ziehen lassen; danach mit Öl bepinseln, auf den sehr heißen Rost legen und in genügender Entfernung von der Glut 5-6 Min. pro Seite grillen. Die Fische auf einer gewärmten Platte auftragen und Salzkartoffeln dazu reichen.

Alle kleineren Fische wie Äsche, Barsch, Felchen, Makrele usw. können auf diese Art gegrillt werden.

## Steckerlfisch

4 kleinere Fische (Forellen, Makrelen...), Salz, 1 Zitrone

Dieses Rezept ist vor allem für frische Fische, die Sie im Freien zubereiten, gedacht.

Von den gereinigten, gut abgetropften Fischen den Kopf abtrennen. Die Fische mit Salz und Zitronensaft einreiben, mit Öl bepinseln und dann der Länge nach auf einen Spieß stecken, über die Glut halten und etwa 4-5 Min. pro Seite grillen. (Der Spieß kann aus grünem Holz geschnitten sein.)

## Scampi, gegrillt

12 bis 16 große Scampi, Zitronensaft, 20g Butter

Sie können für dieses Rezept frische oder tiefgekühlte Scampi (vorher auftauen) verwenden. - Die Scampi in der Schale waschen, abtrocknen, die innere Schale aufschneiden, etwas flüssige Butter hineintropfen lassen, auf den heißen Rost legen und 4 bis 5 Min. pro Seite grillen. Scampi ohne Schale nach dem Waschen und Trocknen mit Zitronensaft beträufeln, mit zerlassener Butter bepinseln und 2 bis 4 Min. auf dem heißen Rost grillen. Gurkensalat und (für ganz Hungrige) Trockenreis dazu reichen.

## Gegrillter Kabeljau im Speckmantel

4 Portionen á 520 Kalorien = 2175 Joule

4 Kotelettstücke Kabeljau à 200 g (je 3 cm dick) Saft ½ Zitrone, Salz zerstoßener schwarzer Pfeffer, 4 Speckscheiben. Für die Remouladensoße: 2 hartgekochte Eier 2 Essiggurken, 1 Bund Petersilie, 1 Eßl. Kapern, ¼ l saure Sahne, ½ Teel. Curry 1 Teel. Senf

Die Fischstücke waschen, mit Haushaltspapier trockentupfen und mit Zitronensaft beträufelt 10 Minuten marinieren. Danach den Fisch salzen und pfeffern. Speckscheiben ringsherum legen und mit Holzspießchen feststecken. Fisch unterm Grill auf jeder Seite 4 Minuten garen. Dazu Remouladensoße reichen: Die gepellten Eier, Gurken, gewaschene Petersilie und Kapern hacken. Mit saurer Sahne, Curry, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Kabeljau mit gekochten Salzkartoffeln und pikantem Gurkensalat servieren. Vor dem Servieren entfernt man vorsichtig die Holzspießchen!

## Gegrillter Heilbutt

4 Scheiben Heilbutt à 180 g, 1 Zitrone, 150 g Butter, 1 Zwiebel, je 1 Bund Petersilie, Dill und Schnittlauch, Salz, Pfeffer, ½ Teel. Essig-Essenz (25%), 4 Tomaten, 2 Eßl. geriebener Käse.

Den Fisch waschen, abtrocknen und mit Zitronensaft beträufeln. 125 Gramm Butter mit gehackter Zwiebel, fein gehackten Kräutern (etwas Dill und gehackte Petersilie zum Garnieren zurücklassen), Salz, Pfeffer und Essig-Essenz verkneten. In Alufolie zu einer Rolle formen und in das Gefrierfach des Kühlschranks legen. Die Tomaten waschen, abtrocknen und an der Oberseite kreuzweise einschneiden. Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und von einer Seite mit weicher Butter bestreichen. Im vorgeheizten Grill vier Minuten grillen, wenden, mit Butter bestreichen. Tomaten mit Butter bepinseln, mit Käse und Petersilie bestreuen und mit dem Fisch vier Minuten grillen. Die Kräuterbutter in Scheiben schneiden und eventuell runde gezackte Formen ausstechen. Mit dem Fisch und den Tomaten anrichten und mit Dill garniert servieren. (35 Minuten)

**Dieses Rezept ist für vier Personen berechnet und enthält (Beilage nicht mitgerechnet): Eiweiß: 46 g Fett: 142 g Kohlenhydrate: 19 g Kalorien: 1585/ 6635 Joule pro Person ca. 395 Kai./ 1655 Joule**

**Beilage:** Butterreis



*Auch für Gäste!*

# Grillfest - uralt und modern

## Gegrillter Heilbutt (2)

4 Portionen á 350 Kalorien = 1464 Joule

4 Scheiben Heilbutt à ca. 200 g, Salz, Pfeffer, 2 Eßl. Öl, 2 Tomaten. Für die Kräuterbutter: 50 g frische Butter, 1 Eßl. gehackte Kräuter (Petersilie, Estragon, Kerbel, je nach Angebot), 1 Löffelspitze Rosen-Paprika und Salz gut vermischen. Heilbutt unter fließendem Wasser waschen und mit Haushaltspapier trockentupfen. Danach Heilbutt mit Salz und Pfeffer würzen und mit Öl übergießen. Die Grillpfanne erhitzen, darin Heilbutt auf beiden Seiten grillen: Der Fisch ist gar, wenn sich die Mittelgräte leicht herausziehen läßt. Die halbierten Tomaten während dieser Zeit mitgaren. Den Heilbutt auf einer vorgewärmten Platte anrichten, mit Tomaten und Kräuterbutter servieren.

## Heilbutt vom Rost



### Zutaten für 4 Personen:

• 4 Heilbuttstücke (je 250 g) • 1 Möhre • ½ Sellerieknolle (mittlere Größe) • 2 Zwiebeln • 1 Stange Porree • ½ Teel. Salz • 2 gestrichene Eßl. geriebener Käse • 1 gestrichener Teel. edelsüßes Paprikapulver • 4 Eßl. Öl • 50 g Butter • 4 Scheiben gekochter Schinken

Die vier Heilbuttstücke vom Schwanzende wählen und keines kleiner als 250 g. Gräten in der Mitte herauslösen. Die Möhre putzen, den Sellerie und die Zwiebeln schälen. Die Möhre und den Sellerie raspeln und den Porree und die Zwiebeln in Scheiben schneiden. Die Fischstücke mit dem Salz, dem Käse und dem Paprikapulver einreiben. Dann mit dem Öl bepinseln und auf dem Rost 15 bis 17 Minuten lang grillen; nach etwa 8 Minuten vorsichtig umdrehen. Die Stücke sollen nicht zerfallen.

Inzwischen in einer Kasserolle die Möhren- und Sellerieraspel in der Butter mit den Porree- und Zwiebelscheiben glasig werden lassen. Die vier Schinkenscheiben ausbreiten und die Gemüsemasse gleichmäßig darauf verteilen. Die Schinken Scheiben zusammenrollen; die Rollchen auf den Grill legen und die letzten 5 Minuten mitrösten.

**Dazu passen:** Blattspinat, Kartoffelbrei und Rheinpfälzer Wein

## Grillen vegetarisch

Es muss nicht immer Fleisch sein, auch Gemüse schmeckt gegrillt hervorragend. Probieren Sie es doch einfach mal aus!

## Rösti mit Grillgemüse

**Zutaten für 4 Personen:** je 1 rote und gelbe Paprika geviertelt **und** von weißen Samen befreit), 1 Aubergine (geputzt und in 1 cm dicke Scheiben geschnitten), 1 rote Zwiebel (in Spalten geschnitten), 1 Fenchelknolle (in Spalten geschnitten), 75 ml Knoblauchöl, Salz, Schwarzer Pfeffer, Basilikumblätter zum Garnieren, 1 Pck. Kartoffelpuffer aus dem Kühlregal



### Zubereitung:

Paprikaschotenviertel, Auberginenscheiben, Zwiebel- und Fenchelspalten mit etwas Knoblauchöl bestreichen. Gemüse auf eine Grillschale geben und bei mittlerer Hitze io bis 14 Minuten grillen. Zwischendurch mehrmals wenden, bis das Gemüse weich ist Gemüse vom Grill nehmen und in eine große Schüssel füllen. Den größten Teil des Knoblauchöls darübergießen. Mit Salz und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer würzen und gut mischen. Rösti nach der Packungsanweisung zubereiten. Auf jedem Rösti eine Gemüseauswahl anrichten, mit dem restlichen Knoblauchöl beträufeln und mit frischen Basilikumblättern garniert servieren.

## Das schmeckt zu Grillgerichten

Wie schon erwähnt, zeichnen sich gerade gegrilltes Fleisch, gegrilltes Geflügel und gegrillte Fische durch einen besonders feinen Eigengeschmack aus. Wählen Sie daher eher neutrale Beilagen: Weißbrot paßt zu allen Grilladen ausgezeichnet! Kartoffelgerichte - es müssen nicht immer die traditionellen Pommes frites sein - schmecken ebenfalls gut zu gegrilltem Fleisch oder Geflügel; Butterreis, allenfalls Champignonreis oder Butternudeln passen vor allem zu jenen Grilladen, bei denen eine Sauce das Fleisch ergänzt. Außerdem können Sie - vor allem für sehr hungrige Esser

# ***Grillfest - uralt und modern***

---

— Gemüse (aber keinen Kohl zu einem gegrillten Steak) oder einen beliebigen Salat servieren. Abgesehen von diesen Beilagen sollte jedes *naturgegrillte* Fleisch noch von einem Stückchen gewürzter Butter oder einer pikanten Sauce ergänzt werden. Es würde den Rahmen dieses Buches sprengen, wollte man die Rezepte für alle nur denkbaren Beilagen anführen. Eine Fülle von Anregungen bietet dazu *Knaurs großes Kochbuch*. Wir beschränken uns daher hier auf jene Beilagen, die wir mit den Grilladen gleichzeitig zubereiten können oder nur ein wenig früher angehen müssen.

## **Beilagen vom Grill**

### ***Kartoffeln vom Rost***

*8-12 mehligere Kartoffeln, Salz, Öl, Butter*

Die sauber gebürsteten, abgetrockneten Kartoffeln mit Salz einreiben, mit Öl bepinseln und an den Rand des Grillrostes legen. Sie werden unter häufigem Wenden etwa 35—45 Min. gegrillt. Die Kartoffeln dann oben kreuzweise einschneiden und mit einem Stückchen Butter (oder Kräuterbutter) belegen.

*Kartoffeln vom Rost können wie Kartoffeln aus der Glut vor dem Grillen in Alu-Folie gepackt werden.*

### ***Kartoffeln aus der Glut***

*8-12 mehligere Kartoffeln, Salz, Butter*

Die sauber gebürsteten Kartoffeln abtrocknen, mit Salz einreiben und in mit zerlassener Butter bepinselte Alu-Folie wickeln. Die Päckchen am Rand der Glut in die heiße Asche legen; sie brauchen 8-15 Min., bis sie gar sind. Die Folie danach oben öffnen, die Kartoffeln kreuzweise einschneiden, leicht auseinanderdrücken und mit einem Stückchen Butter belegen. Das weiche Kartoffelfleisch wird mit einem Löffel oder einer kleinen Gabel aus der Schale herausgegessen. An Stelle der frischen Butter schmeckt besonders gut ein Stück Kräuterbutter oder auch etwas mit Kräutern (vor allem Schnittlauch) angerichteter Quark.

### ***Auberginen vom Grill***

*1-2 große Auberginen, 3 Eßl Öl, ½ Teel Salz, ¼ Teel Pfeffer, ¼ Teel Trockenknoblauch*

Das Öl mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Knoblauchpulver mischen. - Die gewaschenen, abgetrockneten Auberginen in daumendicke Scheiben schneiden, mit dem gewürzten Öl bepinseln, auf den Rand des heißen Rostes legen und 2-3 Min. pro Seite grillen. Kleinere Auberginen der Länge nach halbieren, an der Schnittfläche salzen und ½ Stunde ziehen lassen (Schnittfläche nach unten). Die Schnittfläche danach trockentupfen, die Früchte mit dem gewürzten Öl bestreichen und 6-10 Min. pro Seite grillen.

### ***Champignons, gegrillt***

*8 große Champignons, Salz, Pfeffer, Öl*

Bei den geputzten, gewaschenen und abgetrockneten Champignons die Stiele so weit abschneiden, daß sie nicht über den Hutrand hinausragen. Die Pilze dann mit dem mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer verrührten Öl bepinseln, auf den Rand des Grillrostes legen und etwa 3-4 Min. pro Seite grillen. Beim Auftragen mit einem winzigen Stückchen frischer Butter (oder Kräuterbutter) belegen.

Auf die gleiche Art können auch Steinpilze zubereitet werden.

### ***Maiskolben, gegrillt***

*4 junge Maiskolben, Salz, 60g Butter, Pfeffer*

Die Maiskolben von Blättern und Fäden befreien und 10-15 Min. in Salzwasser vorkochen, herausheben und abkühlen lassen. Die Hälfte der Butter zerlassen und mit etwas Salz würzen. Die Maiskolben mit dieser Butter bestreichen, auf den heißen Rost legen und unter mehrmaligem Wenden etwa 10-15 Min. grillen. Die Maiskolben vor dem Auftragen noch mit einem Stückchen frischer Butter belegen und je nach Geschmack mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

### ***Paprikaschoten vom Grill***

*4-8 Paprikaschoten, 2 Eßl Öl, ½ TEEL Salz, Pfeffer*

Die Paprikaschoten waschen, der Länge nach dritteln und die Kerne entfernen. Die Stückchen mit Öl, das mit Salz und (je nach Geschmack) etwas frisch gemahlenem Pfeffer vermischt wurde, bestreichen und am Rand des Grills etwa 3-5 Min. pro Seite grillen, bis die Schale braun und die Schoten weich geworden sind.

### ***Zucchini vom Rost***

*4-8 Zucchini, 2-3 Eßl Öl, 1 Teel Salz, ½ TEEL Pfeffer, ¼ Teel Basilikum, gemahlen*

# ***Grillfest - uralt und modern***

---

Die gewaschenen, ungeschälten Zucchini der Länge nach halbieren. Das Öl mit Salz, Pfeffer und Basilikum verrühren, die Zucchini damit bestreichen, mit der flachen Seite auf den heißen Rost (am Rand) legen, 5-6 Min. grillen, wenden und in weiteren 6-7 Min. fertiggrillen. Mit gehacktem Basilikum (möglichst frisch) bestreuen.

*Besonders gut schmeckt folgendes, allerdings nur für den Elektrogrill geeignetes Rezept:*

Vermischen Sie 1 Eßl Parmesan mit 2 TEEL Semmelbrösel, bestreuen Sie die geraden Flächen der gegrillten Zucchini damit, geben Sie 1-2 Butterflöckchen darauf und schieben Sie die Zucchini dann für etwa 3 Min in den Grill.

## ***Tomaten, gegrillt***

*8 kleine feste Tomaten, Salz, Pfeffer, Öl, 1-2 Eßl Kräuter*

Die gewaschenen, abgetrockneten Tomaten am runden Ende kreuzweise einritzen (nur die Haut!) und mit Öl bepinseln. - Die Tomaten mit der runden Seite auf den Rost des Elektrogrills legen, 3-4 Min. grillen, wenden und noch 4-5 Min. fertiggrillen. Die Haut an der eingeritzten Stelle etwas auseinanderziehen und das Fruchtfleisch mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen. (Besonders geeignet sind Estragon, Thymian oder Oregano.)

Zum Grillen über der Holzkohlenglut packt man die empfindlichen Tomaten - nachdem man sie eingeschnitten, mit Salz und Pfeffer gewürzt und mit Öl bepinselt hat - in Alu-Folie und grillt sie in 8-10 Min. fertig, wobei man die Päckchen ein- bis zweimal sehr vorsichtig wendet.

Zum Anrichten wird die Folie oben geöffnet und zurückgebogen, so daß die Tomaten in »Nestchen« liegen.

## ***Selleriescheiben, gegrillt***

*4-2 Sellerieknollen, 1 Eßl Zitronensaft, 4 Eßl Öl, ½ TEEL Salz, 10 g Butter, 1 Teel Petersilie*

Die gewaschenen Sellerieknollen schälen, in fingerdicke Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Kurz ruhen lassen, mit dem gesalzenen Öl bepinseln, auf den Rand des heißen Grillrostes legen und 8-10 Min. pro Seite grillen. Beim Anrichten mit einem Stückchen Butter belegen und mit gehacktem Selleriegrün und gehackter Petersilie bestreuen.

## ***Zwiebeln in der Folie***

*8 mittlere Zwiebeln, 40g Butter, Salz, Pfeffer*

Die Zwiebeln enthäuten. Die Butter zusammen mit Salz und Pfeffer schmelzen. Die Zwiebeln mit der flüssigen Butter bestreichen, einzeln in Alu-Folie packen und auf den Rand des heißen Rostes legen. Sie werden unter mehrmaligem Wenden etwa 25 Min. gegrillt.

## ***Knoblauchbrot***

*1 Stange Weißbrot, 125g Butter, 2 Knoblauchzehen, ½ TEEL Salz*

Das Weißbrot in daumenbreiten Abständen diagonal so einschneiden, daß es an der Unterseite gerade noch zusammenhängt. Die Knoblauchzehen mit dem Salz zerdrücken (Sie können aber auch ¼ - ½ TEEL Trockenknoblauch verwenden) und mit der schaumig gerührten Butter vermischen. Diese Knoblauchbutter in die Broteinschnitte streichen. Das Brot an den Rand des Rostes legen und so lange grillen, bis die Butter geschmolzen und das Brot knusprig (meist dauert das zwischen 15 und 25 Min.) ist.

## ***Weißbrot, gewürzt***

*1 Stange Weißbrot, übrige Zutaten nach Geschmack*

Das wie oben vorbereitete Weißbrot mit einer der folgenden Mischungen »füllen« und am Rand des Grills schön knusprig rösten:

- 125g Butter, die mit beliebigen Kräutern und etwas Salz gewürzt wurden,
- 125g Butter, die mit 40 g passiertem Roquefort oder geriebenem Emmentaler vermischt wurden,
- 125g Butter, die mit einer sehr fein gehackten Zwiebel verrührt wurden ...

# Grillfest - uralt und modern

## Grillsaucen

Schmackhafte Saucen sind nicht nur eine ideale Ergänzung zu gegrilltem Fleisch, Geflügel oder Fisch, sie regen außerdem immer wieder zu neuen Zusammenstellungen und Variationen an. Während warme Saucen, die ja für bestimmte Gerichte typisch sind, bereits bei den entsprechenden Rezepten angeführt wurden, sollen in diesem Kapitel einige der gebräuchlichsten kalten Saucen, die besonders gut zu gegrillten Speisen passen, angeführt werden. Zu Steaks paßt besonders gut die Sauce Bearnaise. Sie ist deshalb, obgleich eine warme Sauce, hier angeführt.

### **Sauce Bearnaise**

*1/10 l Weißwein, 1/10 l Essig, 1-2 Schalotten, 2 Eßl frischer Estragon, gehackt (oder 1 Eßl Estragon, getrocknet und 1 Eßl Petersilie, gehackt), 3 Eigelb, 20g Butter (sehr kalt), 1 El Sahne, 180g Butter, zerlassen*

Den Wein mit dem Essig, den sehr fein gehackten Schalotten und der Hälfte des Estragons auf etwa 1 Eßl Flüssigkeit einkochen, durch ein Sieb gießen und die Rückstände gut ausdrücken. - Die Eigelbe in einer feuerfesten Schüssel mit einem Schneebesen schlagen, bis sie dick werden, die abgeseigte Flüssigkeit daruntermischen und das Ganze auf den Herd (schwache Hitze!) stellen. Die kalte Butter in kleinen Stückchen dazugeben und immer weiter schlagen, bis die Eimasse dick geworden ist. Die Sahne vorsichtig dazurühren und danach die zerlassene Butter langsam unter ständigem Schlagen mit dem Schneebesen dazugeben; achten Sie aber darauf, daß die Sauce nie zu heiß wird, da sie sonst gerinnt. Die fertige Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, den restlichen Estragon dazugeben (haben Sie getrockneten Estragon verwendet, geben Sie jetzt die Petersilie dazu) und sofort auftragen.

### **Sauce Choron**

*Zutaten wie zu Sauce Bearnaise, doch statt Estragon 2 Eßl Tomatenmark verwenden*

Eine Sauce Bearnaise zubereiten und das leicht erwärmte Tomatenmark unterziehen. Schmeckt besonders zu Kalbsteak.

### **Apfel-Curry-Sauce**

*400g Äpfel, Zitronensaft, Curry*

Die gewaschenen Äpfel halbieren, entkernen, mit der Schnittseite nach unten auf ein leicht gefettetes Backblech legen und bei mäßiger Hitze im Backofen garen. Die Äpfel noch warm passieren und nach dem Abkühlen mit Zitronensaft und Curry (Menge nach Geschmack) würzen. Zu Lamm-, Hammel- oder Schweinskotelett servieren.

### **Ingwersauce**

*4 Eßl Sojasauce, 1 Eßl Essig, 1 Eßl Zitronensaft, 1 Eßl Stärkemehl, 1 Eßl Honig, 4 Eßl Sherry, 4 Stück Ingwer, eingemacht, 2 Eßl Mixed Pickles, 1 Essiggurke, Salz, Pfeffer*

Sojasauce, Essig, Zitronensaft und Stärkemehl miteinander verrühren, erhitzen und 2-3 Min. kochen lassen. Den Honig mit der heißen Sauce verrühren. Nach dem Abkühlen den Sherry, den feingehackten Ingwer, die gehackten Mixed Pickles und die gehackte Essiggurke dazugeben.

Mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen.

Diese Sauce schmeckt sehr gut zu gegrilltem Huhn oder gegrilltem Kalbfleisch.

### **Kaukasische Sauce**

*250g Essigpflaumen, 1/8 l Rotwein, 1 Messerspitze Trockenknoblauch, ½ Teel Koriander, gemahlen, ½ Teel Basilikum, gemahlen, Salz, Zucker, Cayennepfeffer*

Die abgetropften, entsteinten Pflaumen im Rotwein weichkochen und danach passieren. Das erkaltete Pflaumenmus mit Knoblauch, Koriander und Basilikum vermischen und mit einer Prise Salz, 1-2 Teel Zucker und einer Prise Cayennepfeffer abschmecken. Paßt zu jedem gegrillten Fleisch oder Geflügel.

### **Sauce Tatare**

*1 gekochtes Eigelb, 1 rohes Eigelb, 3/10 l Öl, Salz, Pfeffer, Zucker, Essig, 1 kleine Zwiebel, 1 kleine Gewürzgurke, 1 Eßl Schnittlauch, feingeschnitten*

Das gekochte Eigelb mit ½ TEEL Öl glattrühren, das rohe Eigelb dazugeben und das restliche Öl ganz langsam unter ständigem Rühren dazugeben, so daß eine dickliche »Mayonnaise« entsteht. Mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer, Essig und einer Prise Zucker pikant abschmecken. Zuletzt die feingehackte Zwiebel, die kleingehackte Gewürzgurke und den feingeschnittenen Schnittlauch daruntermischen. Paßt gut zu gegrilltem Rindfleisch.

# Grillfest - uralt und modern

## **Sahnemeerrettich**

1-2 Eßl Meerrettich, 1 Teel Zitronensaft, 1 Prise Salz, 1 Prise Zucker, 1/8 l Sahne

Den möglichst fein geriebenen Meerrettich sofort mit Zitronensaft, Salz und Zucker vermischen und unter die steifgeschlagene Sahne heben.

Besonders gut zu gegrilltem Fleisch.

*Eine schmackhafte Variation ist der Sahne-Nuß-Meerrettich: Mischen Sie zusätzlich noch 1 Eßl geriebene Walnüsse (oder Haselnüsse) unter die Sahne.*

## **Stachelbeersauce, amerikanisch**

500g Stachelbeeren, 2 Eßl Öl, 3 Eßl Sherry, 1 Prise Cayennepfeffer, 1 Prise Muskat, Salz, Zucker

Die gereinigten (Stiele und Blätter entfernen), in etwas Wasser weichgedünsteten Stachelbeeren passieren. Nach dem Abkühlen mit Öl und Sherry verrühren und mit Cayennepfeffer, Muskat, Salz und Zucker abschmecken.

Schmeckt zu jedem gebratenen Fleisch.

## **Mayonnaise**

2 Eigelbe, ¼ Teel Essig oder Zitronensaft, Salz, ¼ l Öl

Achten Sie darauf, daß sämtliche Zutaten Zimmertemperatur haben! - Die Eigelbe schwach salzen und mit ¼ l Essig verrühren. Das Öl zunächst tropfenweise, später (wenn die Mayonnaise anfängt, sich zu binden) in feinem Strahl dazufließen lassen und dabei ununterbrochen rühren. (Ein Handrührgerät ist dabei sehr praktisch.) Diese Mayonnaise ist die Grundlage der hier folgenden Saucen. Sie können sie ohne weiteres auf Vorrat herstellen; gut zugedeckt hält sie sich im Kühlschrank 4-5 Wochen.

Natürlich können Sie an Stelle der selbstgerührten Mayonnaise auch eines der im Handel erhältlichen Produkte verwenden. Achten Sie aber darauf, daß die meisten fertigen Mayonnaisen bereits mehr oder weniger stark gewürzt sind.

## **Cognacsauce**

6 Eßl Mayonnaise, 6 Eßl Cognac, 1 Eßl Kapern, 5 Tropfen Worcestershiresauce, Salz

Die Mayonnaise mit dem Cognac und den feingehackten Kapern verrühren und mit Worcestershiresauce und Salz abschmecken. Paßt am besten zu gegrilltem Rindfleisch.

## **Grüne Pfeffersauce**

6 Eßl Mayonnaise, 1 kleine Dose grüner Pfeffer, Salz, Essig

Die Pfefferkörner auf ein Sieb gießen, gut abtropfen lassen, mit einer Gabel zerdrücken und mit der Mayonnaise mischen. Mit Salz und einem Spritzer Essig abschmecken.

Schmeckt gut zu gegrilltem Rindfleisch und zu gegrilltem Lamm- oder Kalbfleisch.

## **Nuß-Oliven-Sauce**

6 Eßl Mayonnaise, 20 Oliven, 50g ausgelöste Nüsse, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, 1 Teel Petersilie, 1 Teel Schnittlauch, 1 Teel Dillkraut

Die entkernten Oliven 1 Stunde wässern, gut abtropfen lassen und durch den Fleischwolf drehen (oder im Mixer zerkleinern). Die Mayonnaise mit den Oliven und den geriebenen Nüssen vermischen und mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zuletzt die feingehackten Kräuter daruntermischen. Die Sauce vor dem Auftragen ½ Stunde ziehen lassen. Schmeckt vortrefflich zu Lamm- oder Hammelfleisch.

## **Sauce Csardas**

6 Eßl Mayonnaise, 1-2 Schalotten, 4 Eßl Weißwein, 1 Eßl Tomatenmark, 2 rote Pfefferschoten, 2 kleine Essiggurken, Salz, Pfeffer

Die Schalotten sehr fein hacken und so lange im Wein kochen, bis die Flüssigkeit ganz eingekocht ist. Die Mayonnaise mit den Schalotten, dem Tomatenmark, den feingehackten Pfefferschoten und den gehackten Gewürzgurken vermischen. Mit Salz und etwas frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Diese Sauce paßt zu gegrillten Steaks und zu gegrilltem Lamm- und Hammelfleisch.

## **Remouladensauce**

6 Eßl Mayonnaise, 1-2 Gewürzgurken, ½ TEEL Kapern, 1 gewässertes Sardellenfilet, 1 Eßl gehackte Kräuter (Petersilie, Kerbel, Estragon), Salz, Pfeffer, Essig, Zucker

Gurken, Kapern und Sardellenfilets sehr fein hacken und mit der Mayonnaise vermengen. Die gehackten Kräuter dazugeben und mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer, Essig und einer Prise Zucker abschmecken. Paßt besonders gut zu gegrilltem Fleisch.

# Grillfest - uralt und modern

## **Sauce Chantilly**

4 Eßl Mayonnaise, 1 Eßl Sherry, 1-2 Teel Zitronensaft, 1 Teel Estragonsenf, Salz, 1 Prise Zucker, 1/8 l Sahne

Die Mayonnaise mit Sherry, Zitronensaft, Estragonsenf, Salz und Zucker pikant abschmecken und zuletzt vorsichtig mit der geschlagenen Sahne vermengen. Schmeckt ganz ausgezeichnet zu gegrillten Steaks.

## **Selleriesauce**

4 Eßl Mayonnaise, 120g Sellerieknolle, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, 1-2 Eßl Selleriegrün, gehackt

Die Sellerieknolle waschen, schälen und kochen. Dann passieren und mit der zubereiteten Mayonnaise vermischen. Die Sauce mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und zuletzt das Selleriegrün dazugeben. Paßt zu jeder Art von gegrilltem Fleisch.

## **Tiroler Sauce**

6 Eßl Mayonnaise, 2 Eßl Tomatenmark, Salz, Zitronensaft, Pfeffer, Zucker, 1 Eßl Petersilie, gehackt

Die Mayonnaise mit dem Zitronensaft verrühren und mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und einer Prise Zucker pikant abschmecken. Zuletzt die gehackte Petersilie daruntermischen. Schmeckt zu gegrilltem Rind-, Lamm-, Hammel- oder Kalbfleisch.

## **Buttermischungen**

Eine Scheibe gewürzte Butter ist für jedes gegrillte Fleisch, aber auch für Geflügel oder Fisch das Tüpfchen auf dem i. Buttermischungen sind leicht herzustellen und können auch auf Vorrat zubereitet werden; sie halten sich im Kühlschrank etwa 14 Tage, in der Gefriertruhe bis zu 4 Monaten:

1/8 kg Butter schaumigrühren und nach Rezept würzen. Aus der weichen Masse mit nassen Händen eine etwa 2 cm dicke Rolle formen, in ein Stück Alu-Folie wickeln und im Kühlschrank erstarren lassen. Vor Gebrauch werden mit einem in heißes Wasser getauchten Messer 1/2 - 1 cm dicke Scheiben abgeschnitten.

## **Chilibutter**

1/8 kg Butter, 1/2 - 1 Teel Chili, 1-2 Teel Essig, Salz

Die schaumig gerührte Butter mit Chili, Essig und Salz pikant abschmecken. Besonders schmackhaft zu Lamm-, Hammel- und Schweinegrilladen.

## **Cognacbutter**

1/8 kg Butter, 2 Eßl Cognac, 1 Prise Salz

Die Butter mit dem Cognac verrühren und mit einer Prise Salz würzen. Gut zu gegrilltem Steak.

## **Currybutter**

1/8 kg Butter, 1 Teel Sahne, 2-3 Teel Curry, 1/2 TEEL Zitronensaft, Salz

Die Butter mit der Sahne geschmeidig rühren und mit Curry, Zitronensaft und Salz abschmecken. Besonders gut zu gegrilltem Geflügel oder gegrilltem Lamm.

## **Estragonbutter**

1/8 kg Butter, 1 Eßl frischer Estragon, gehackt, 1 Teel Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Die schaumiggerührte Butter mit dem gehackten Estragon mischen und mit Zitronensaft, Salz und einem Hauch frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Paßt zu gegrilltem Ochsenfleisch und zu gegrilltem Kalb.

## **Ingwerbutter**

1/8 kg Butter, 1/2 TEEL Ingwerpulver, 1 Stück Ingwer, frisch oder kandiert, 1 Teel Zitronensaft, Salz

Die geschmeidiggerührte Butter mit dem Ingwerpulver und dem feingehackten Ingwer vermischen und mit Zitronensaft und Salz abschmecken. Paßt besonders gut zu Lamm- und Hammelgrilladen.

## **Knoblauchbutter**

1/8 kg Butter, 1 Knoblauchzehe, 1 Schalotte, 1 Teel Petersilie, Salz, Pfeffer, Zitronensaft

Die Knoblauchzehe mit etwas Salz zerdrücken; die Schalotte und die Petersilie feinhacken. Alles mit der schaumiggerührten Butter vermischen und mit frisch gemahlenem Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Schmeckt besonders zu gegrilltem Schweinefleisch, aber auch zu Lamm und Hammel.

# ***Grillfest - uralt und modern***

---

## **Kräuterbutter = Maîtrebutter**

*1/8 kg Butter, 3 Eßl gehackte Kräuter (Petersilie, Kerbel, Kresse), 1-2 Teel Zitronensaft, Salz, Pfeffer*

Die schaumigerührte Butter mit den feingehackten Kräutern und dem Zitronensaft verrühren und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

*Bei diesem Rezept können Sie die Kräuter nach persönlichem Geschmack variieren! Schmeckt sehr gut zu jeder Art von gegrilltem Fleisch oder Fisch.*

## **Pfefferbutter**

*1/8 kg Butter, 1 Eßl grüner Pfeffer, 1 Teel schwarzer Pfeffer, 1 Teel weißer Pfeffer, Salz, Zitronensaft*

Die schaumige Butter mit dem zerdrückten grünen Pfeffer, dem gehackten schwarzen Pfeffer und dem gemahlenden weißen Pfeffer vermischen und den Geschmack mit Salz und Zitronensaft abrunden. Schmeckt gut zu gegrilltem Ochsen- oder Lammfleisch.

## **Sardellenbutter**

*1/8 kg Butter, 1 Teel Sahne, 6 Sardellenfilets, 1 Teel Zitronensaft, Salz*

Die Sardellen entgräten, sehr fein hacken (oder passieren) und mit der Butter und der Sahne verrühren. Mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Besonders gut zu gegrilltem Fisch.

## **Senfbutter**

*1/8 kg Butter, 3 Teel Senf, Salz, ½ Teel gehackte Petersilie*

Die schaumige Butter mit Senf, Salz und Petersilie verrühren. Senfbutter paßt gut zu gegrilltem Fleisch und gegrilltem Fisch. Die Geschmacksnote können Sie variieren, indem Sie verschiedene Sorten Senf verwenden.

## **Marchand-de-vin-Butter**

*1/8 kg Butter, 2 Schalotten, 1/8 l Rotwein, Salz, Pfeffer, ½ TEEL Zitronensaft, 1 Messerspitze Fleischextrakt, ½ Teel Petersilie, gehackt*

Die Schalotten sehr fein hacken und so lange im Rotwein kochen, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer, Zitronensaft und Fleischextrakt würzen, mit der Petersilie vermischen und mit der Butter verrühren. Schmeckt ganz ausgezeichnet zu englisch gebratenen Steaks.

## **Wacholderbutter**

*1/8 kg Butter, 1 Eßl Gin, 6 Wacholderbeeren, Salz, Zitronensaft*

Die Butter mit dem Gin geschmeidig rühren. Die feingehackten Wacholderbeeren daruntermischen und mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Paßt gut zu gegrilltem Ochsen-, Lamm-, Schweine- und Kalbfleisch.

## **Zitronenbutter**

*1/8 kg Butter, 1-2 Eßl Zitronensaft, das Abgeriebene von 1 Zitrone, Salz*

Die Butter mit dem Zitronensaft, der abgeriebenen Zitronenschale (ungespritzte Früchte verwenden!) und Salz abschmecken. Schmeckt gut zu gegrilltem Fleisch und zu gegrilltem Fisch.

## **Zwiebelbutter**

*1/8 kg Butter, Salz, Pfeffer, 1 mittelgroße Zwiebel*

2/3 der Butter mit Salz und Pfeffer schaumigrühren. Die Zwiebel feinhacken, mit etwas Salz vermischen, in der restlichen Butter hellbraun rösten und nach dem Abkühlen unter die andere Butter mischen. Paßt gut zu jedem gegrillten Fleisch.

# ***Grillfest - uralt und modern***

---

## **Obst - ein leckerer Nachtisch**

Nicht nur auf dem Grill zubereitetes Fleisch, Geflügel oder Fisch schmecken besonders herzhaft, auch gegrilltes Obst ist eine herrliche Köstlichkeit. Servieren Sie einmal gegrillte Früchte! Sie können sie leicht und schnell mit dem Grill zubereiten: Verwenden Sie einen elektrischen Grill, so schalten Sie auf die niedrigere Heizstufe; beim Holzkohलगrill ist die langsam verlöschende Glut gerade richtig für die empfindlichen Früchte, die wir zubereiten wollen. Auf jeden Fall sollten Sie ein Stück starke, leicht gebutterte Alu-Folie auf den Rosten ausbreiten.

### ***Ananasscheiben, gegrillt***

*4 Scheiben Ananas (Dose), 2 Teel Kirschwasser, 20g Butter, Koriander, Schlagsahne*

Die gut abgetropften Ananasscheiben mit Küchentrepp trockentupfen, mit etwas Kirschwasser beträufeln und zugedeckt ½ Stunde ruhen lassen. Die Scheiben dann mit der geschmolzenen Butter bepinseln und 1-2 Min. pro Seite grillen. Die fertigen Ananas auf kleine Teller legen, mit etwas Koriander bestreuen und in die Mitte 1 Eßl geschlagene Sahne (oder eine Kugel Vanilleeis) geben.

Dieses Rezept läßt sich auch aus einer frischen Ananas zubereiten; die Grillzeit beträgt dann 3-4 Min. pro Seite.

### ***Apfelscheiben, gegrillt***

*2 große Äpfel, 2 Eßl Zitronensaft, 1 Teel Zimt, 1 Messerspitze Nelkenpulver, 1 Eßl Zucker, 20g Butter*

Die Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in gut daumendicke Scheiben schneiden. Den Zitronensaft mit den Gewürzen und dem Zucker verrühren, die Apfelscheiben damit einreiben und zugedeckt 1 Stunde marinieren lassen. Dann mit der zerlassenen Butter bestreichen, auf den heißen Rost legen und 3 Min. pro Seite grillen. Zur Abwechslung: Bepinseln Sie die Apfelscheiben mit 1 Eßl Honig, den Sie mit 1 Eßl Weißwein erwärmt und mit je einer Messerspitze Ingwer und Kardamom gewürzt haben.