

# Sommer, Sonne, Grillfieber

## So wird Grillen zum Genuss



Grillen – das ist Sommer pur.

Das ist Genuss mit Stil und Lagerfeuerromantik in einem.

Und für viele ist ein Sommer ohne Grillabende einfach unvorstellbar.

Dabei geht der Trend weg vom rostigen Schwenkgrill hin zu einer hochwertigen Ausstattung.

## Welcher Grill ist bloß der richtige?

Wer sich einen neuen Grill anschaffen will, hat nicht nur die Wahl zwischen verschiedenen Holzkohle- und Gasgrills. Er kann auch zwischen direktem und indirektem Grillen wählen.

Für viele Kunden stellt sich da die Frage, welcher Grill zu ihrem Bedarf am besten passt.



Gerade beim Kauf eines hochwertigen Grills ist dazu eine gute Beratung im Fachhandel unverzichtbar.

Welcher Grill der richtige ist, hängt u.a. ab

- von dem zum Grillen zur Verfügung stehenden Platz
- wie häufig gegrillt wird
- ob auch größere Fleischstücke gegrillt werden sollen
- ob das Grillen eher gelegentliches Freizeitvergnügen ist oder im Sommer fast den Herd ersetzt.

## Vorspeise

### Gegrillte Hackfleischröllchen

#### Zutaten:

750g Rinderhackfleisch

250g Schweinehackfleisch

1 Zwiebel

1 Ei

Salz

Pfeffer

Kräuter

Knoblauch

#### Zubereitung:

Geschälte Zwiebeln klein schneiden. Hackfleisch mit Salz u. Pfeffer würzen (oder fertig gewürzt beim Fleischer kaufen). Ei, Zwiebelwürfel, Kräuter und Knoblauch dazugeben. Alles zusammen sehr lange vermengen bis die Masse klebrig wird, dann bleiben die Röllchen auf dem Grill ganz. Das Hackfleisch in kleine Röllchen formen und beim Grillen mit Speiseöl eingeeölte Alufolie verwenden, damit die Röllchen auf dem Rost nicht festbrennen.

## Direkt oder indirekt ?

Beim direkten Grillen liegt das Grillgut direkt über der Holzkohle auf dem Rost. Oder, beim Gasgrill, auf der Grillplatte direkt über dem Brenner.

Da die Hitze sehr intensiv ist, gart das Grillgut hier sehr schnell.

Diese Grillmethode ist besonders für flache Fleischstücke geeignet.

Beim indirekten Grillen befindet sich die Glut seitlich vom Grillgut. Das Grillgut liegt über einer Auffangschale. So ist gewährleistet, dass kein Fett in die Glut tropft.

Die Garzeit ist länger als beim direkten Grillen. Diese Grillmethode eignet sich am besten für das Grillen größerer Fleischstücke.

## Lagerfeuer und Esskultur: der Holzkohlegrill

Die Atmosphäre beim Grillen mit Holzkohle ist mit keiner anderen Grillmethode zu vergleichen. Das Grillen über der offenen Glut erinnert an ein Lagerfeuer. Und auch der typische Geschmack von Speisen, die über der Holzkohle gegart wurden, ist mit nichts anderem zu vergleichen.

Holzkohlegrills werden angeboten als

- Tischgrill
- Säulengrill
- Schwenkgrill oder
- Kugelgrill.

Für einen Privathaushalt ist der Tisch- oder Säulengrill von seiner Größe her gut geeignet. Der Schwenkgrill ist eher für größere Gesellschaften gedacht. Hier können gleichzeitig größere Mengen an Steaks oder Bratwürsten gegrillt werden.

Eine Besonderheit ist der Kugelgrill, der die Vorzüge des Grillens über Holzkohle mit den Vorteilen des indirekten Grillens vereint. Denn bei geschlossener Haube gart das Grillgut hier wie in einem Umluftofen. So lassen sich mühelos auch größere Fleischstücke wie Braten oder sogar eine Gans grillen.

Da der Sinn des Grillens eher im geselligen Miteinander als in der schnellen Zubereitung einer Mahlzeit liegt, ist die Wartezeit, bis das Fleisch aufgelegt werden kann, im Grunde kein Nachteil.

Fleischstücke mit einem höheren Fettanteil oder mariniertes Fleisch sollten immer in einer Aluschale gegrillt werden. So lässt sich vermeiden, dass Fett in die Glut tropft und gesundheitsschädliche Stoffe entstehen.

## Der Gasgrill – mit Sicherheit der schnellste Grill

Beim Gasgrill werden Grillrost oder -platte über einen Gasbrenner erhitzt. Da der Grill sehr schnell heiß wird, eignet er sich prima für spontanes Grillen. Sicher werden einige die Ursprünglichkeit des offenen Feuers vermissen.

Doch dafür ist der Gasgrill sicher in der Handhabung. Da kein Fett in der Glut verbrennen kann, braucht auch niemand Angst vor gesundheitsschädlichen Stoffen zu haben.

Eine besondere Art des Gasgrills ist der Lavasteingrill. Hier erhitzt die Gasflamme kleine Lavasteine, die die Hitze speichern und an das Grillgut abgeben. Die Grilltemperatur lässt sich bei diesen Grills besonders gut regeln. Dazu ist die Anheizzeit sehr kurz, so dass fast ohne Wartezeit mit dem Grillen begonnen werden kann.

## Der Smoker – für alle, die vom Grillen nie genug kriegen können

Immer beliebter werden die aus den USA bekannten Smoker oder Grillocks.

Charakteristisch ist die seitlich der Garkammer angebrachte Feuerstelle. Hier wird ein richtiges Holzfeuer entzündet. Wobei hier nur Hölzer verwendet werden, die ihr Aroma an das Fleisch optimal abgeben.

## Hauptgericht

### Pfeffersteak in Bier-Knoblauchmarinade

#### Zutaten:

4 Rumpsteak (etwa 200-220g mit leichtem Fettrand, abgehangen)  
zerriebener Knoblauch  
1 Fl. dunkles Bier  
1 Tasse Speiseöl  
1 TL Pfefferkörner  
2 El. Worcestersauce  
1 El. brauner Zucker

#### Zubereitung:

1. Aus Bier, Worcestersauce, Öl, Knoblauch und Zucker eine Marinade anrühren, darin die Steaks über Nacht im Kühlschrank einlegen
2. Die Steaks abtropfen lassen und dem zerstoßenen Pfeffer fest andrücken
3. Die Steak von jeder Seite ca. 4-5 Minuten grillen. Zwischendurch mit der restlichen Marinade bestreichen.
4. Die Steaks können medium gegrillt werden.

## Beilage

### Mediterranes Gemüse in der Glut

#### Zutaten:

Paprikaschoten, gewürfelt

Zwiebeln, gewürfelt

Champignons, halbiert

Zucchini, gewürfelt

Tomaten, gewürfelt

Crème fraîche

Kräuter der Provence

Alufolie

Olivenöl

#### Zubereitung:

Alufolie in Quadrate von ca. 20 x 20 cm schneiden und mit Olivenöl einfetten. Gemüse auf die Quadrate verteilen, mit Kräutern der Provence würzen, Crème fraîche dazugeben. Die Folien zu kleinen Beuteln zusammendrücken.

Die Beutel können auf dem Grill am Rand ca. 10 Minuten mitgegrillt werden. Sie werden auf dem Teller in der Folie serviert.

Der heiße Rauch wird in die geschlossene Garkammer geleitet. Ein Kamin am anderen Ende der Garkammer lässt eine Sogwirkung entstehen. Das Fleisch gart so im heißen Luftstrom bei 100 - 120 °C. Bei dieser Garmethode wird das Fleisch besonders zart und saftig.

## Viel Erfolg für Ihre Grillparty

Grillen bietet immer wieder neue Geschmackserlebnisse. Und sogar ein komplettes Menü vom Grill ist möglich, wie die Rezepte von Fleischermeister Ludger Freese zeigen.

Dabei ist die Auswahl an Fleisch und Beilagen so groß, dass wirklich für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Für das spontane Grillen am Abend sind Bratwurst und fertig eingelegte Steaks natürlich optimal.

Grillbegeisterte lieben es aber auch, eigene Rezepte für Marinaden zu erfinden und das Grillfleisch ganz individuell zu würzen.

Unsere Tipps von der Fleischauswahl bis zu den passenden Beilagen sollen dazu beitragen, dass Ihre nächste Grillparty noch ein bisschen schöner wird.

## Die Fleischqualität ist entscheidend

Bei Schweinefleisch ist ein natürlicher Glanz ein Zeichen, dass das Fleisch frisch ist. Das Fleisch sollte nicht zu hell sein. Dunkleres Fleisch ist weniger wasserhaltig und hat eine festere Konsistenz. Sehr helles Schweinefleisch ist wässrig und wird beim Grillen leicht zäh.

Rindfleisch für den Grill sollte eine etwas dunklere Farbe haben. Der Reifegrad des Fleisches lässt sich mit einem kräftigen Fingerdruck prüfen. Zartes Fleisch lässt sich leicht eindrücken. Ein sichtbarer Fettrand macht das Fleisch saftiger.

## Fleischarten die zum Grillen geeignet sind

Sehr gut geeignet sind alle marmorierten Fleischsorten, vom Schwein:

- Nackensteaks
- Rippchen
- Bauchfleisch.

Magere Stücke vom Schwein wie Lachssteaks oder Schnitzel sind weniger geeignet, da sie über der heißen Glut leicht trocken werden.

Vom Rind passen saftige Steaks immer.

Bei Lammfleisch eignet sich das filetierte Lachsstück hervorragend zum Grillen.

An Geflügelfleisch eignen sich die flachen Stücke wie Putenschnitzel oder Hähnchenbrustfilet.



## Beilage

### Kartoffelspieß mit Dijonsenf

#### Zutaten:

1 kg kleine Kartoffeln

Salz

2 Paprikaschoten, rot

1 El. Dijonsenf

100 g Paniermehl

#### Zubereitung:

Ausgesuchte kleine Kartoffeln schälen und in Salzwasser ca. 10 Minuten garen, auskühlen lassen.

Paprikaschoten in 2x2 cm Würfel schneiden. Die Kartoffeln mit Senf und Paniermehl in einer Schüssel vermengen.

Auf einen Spieß abwechselnd Kartoffeln und Paprikastücke stecken.

Grillen Sie bitte den Spieß bei starker Hitze ca. 10 Minuten auf geölter Alufolie.

## Zutaten, die in eine Marinade gehören

Marinaden machen das Fleisch zarter. Insbesondere bei Lamm mildert eine Marinade den ausgeprägten Eigengeschmack.

An Zutaten können verwendet werden:

- Olivenöl
- Zwiebeln
- Senf
- Knoblauch
- Kräuter
- Honig
- Ketchup
- Sojasauce
- Zitronen- oder Limettensaft
- Orangensaft
- Essig
- Buttermilch
- Rotwein
- Bier

Das Fleisch sollte ganz mit der Marinade bedeckt sein, um Sauerstoffkontakt zu vermeiden. Stellen Sie das Fleisch über Nacht abgedeckt in den Kühlschrank, damit die Marinade gut durchziehen kann.

## Salatbeilage

### Rukola-Salat mit Rahm- dressing

#### Zutaten:

250 g Rukola

1 Möhre

einige Zwiebelringe

2 hartgekochte Eier

100g Camembert

150 g saure Sahne

etwas Milch

Zitronensaft

Salz

Pfeffer

#### Zubereitung:

Rukola kalt waschen und gut abtropfen lassen. Möhre schälen und in Streifen schneiden. Eier vierteln. Camembert in dünne Streifen schneiden.

Alle Zutaten dekorativ auf einen großen Teller anrichten

Saure Sahne mit Milch und Zitronensaft cremig rühren, Salz und Pfeffer dazu geben und zum Salat stellen.

## Brotbeilage

### Gegrilltes Fladenbrot

#### Zutaten:

Fladenbrot

Butter

Tomaten

Mozzarella

#### Zubereitung:

Fladenbrot in tortenähnliche Stücke schneiden. In jedes Stück eine Tasche zum Füllen schneiden.

Tomaten und Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Tasche mit Butter bestreichen, mit Tomaten- und Mozzarellascheiben füllen.

Brot kurz auf den Grill legen und sofort servieren.

## Beilagen, die zu einer Grillparty dazugehören

Zum gelungenen Grillabend gehören selbstverständlich auch leckere Beilagen.

In der Beliebtheitsskala ganz weit oben stehen die Klassiker wie Kartoffel-, Nudel- und Krautsalat. Auch ein grüner Salat passt immer gut zu Steaks und Bratwurst.

Kräuterbutter und Brot oder Partybrötchen sind ebenso fester Bestandteil der Grillparty.

Dips mit Senf oder Knoblauch und Saucen mit Kräutern und pikanten Gewürzen lassen immer wieder neue Ideen zu.

Das Fleischerfachgeschäft berät nicht nur zu Auswahl und Menge der Fleischsorten. Der Kunde bekommt dort auf Wunsch auch eine Auswahl an Salaten, verschiedenen Dips und Senfsorten.

Kommen mehr als 10 Personen zur Grillparty, empfiehlt es sich, Fleisch und Salate 3 - 4 Tage vorher bei Ihrem Fleischerfachgeschäft zu bestellen. Das erspart Ihnen auch eine Menge Stress am Tag der Party.

Diese Tabelle erleichtert Ihnen die Mengenplanung:

|         | Menge pro Person                                       |
|---------|--|
| Fleisch | 250 - 300 g  |
| Salate  | 300 - 350 g  |
| Brot    | 2 Stück Partybrötchen oder 3 - 4 Scheiben Ciabattabrot |
| Saucen  | 50 - 60 g  |

# 10 Grill-Tipps

## von Fleischermeister Ludger Freese

1. Das Schönste am Grillen ist die Kombination aus herrlichen Speisen und einer entspannten Atmosphäre. Bringen Sie zum Grillen immer genug Zeit mit. Vermeiden Sie jede Hektik, auch zu Ihrer eigenen Sicherheit. Die Glut hat die zum Grillen optimale Hitze erreicht, wenn sich auf der Holzkohle eine weiße Ascheschicht gebildet hat. Erst jetzt sollte das Grillgut aufgelegt werden.

2. Lassen Sie den Grill niemals unbeaufsichtigt.

3. Benutzen Sie zum Anzünden keine brennbaren Flüssigkeiten. Bewährt als Anzündhilfe haben sich Eierkartons. Zerschneiden Sie die Eierkartons und verteilen die Waben zwischen der Holzkohle. Sollten Sie keine Eierkartons zur Hand haben, nehmen Sie unbeschichtetes Altpapier.

4. Fetten Sie den Grillrost mit geschmacksneutralem Öl ein, damit das Fleisch nicht am Rost festklebt und der Eigengeschmack des Fleisches erhalten bleibt.

5. Legen Sie kein gepökelttes Fleisch wie Kasseler oder Fleischkäse direkt auf den Grill. Es könnten krebserregende Stoffe entstehen.

6. Verwenden Sie Grillzangen anstatt -gabeln. Sie vermeiden so, dass Fleischsaft austritt und das Fleisch austrocknet.

7. Regulieren Sie die Hitze, indem Sie den Rost in der Höhe verstellen.

8. Grillen Sie Steaks möglichst kurz bei großer Hitze. Lassen Sie diese vor dem Verzehr drei bis fünf Minuten zwischen 2 Suppentellern ruhen. So kann sich der Fleischsaft optimal verteilen und das Fleisch wird zarter.

9. Garen Sie Geflügelfleisch immer ganz durch, damit Salmonellen keine Chance haben. Benutzen Sie für Geflügel immer ein extra Besteck, Schüsseln und Unterlagen.

10. Schneiden Sie den Fettrand am Fleisch erst nach dem Grillen ab. So bleibt das Fleisch saftiger und schmeckt besser.

## Dessert

### Flammbierte Grillbananen

#### Zutaten:

4 Bananen

Zimt

Zucker

2 cl Cointreau

#### Zubereitung:

Bananen waschen und die Spitzen abschneiden. Die Früchte auf den Grill legen und so lange bei schwacher Hitze grillen bis die Bananen tief schwarz sind oder platzen. Das dauert ca. 6-8 Minuten. Dann die Bananen auf den Dessertteller legen, aufschneiden und mit Zimtzucker betreuen. Mit Cointreau begießen und anzünden (Vorsicht, Brandgefahr! Auf Kinder achten!)

*Tip:* Nehmen Sie einen flachen Teller, damit der Alkohol besser brennt.

Das Dessert hat die beste Wirkung wenn es schon dunkel ist.

Für Kinder bietet sich statt Cointreau auch geschmolzene Schokolade an.

## Gewürze, die zum Grillfleisch passen

|                      | Rind | Schweinefleisch | Lamm | Geflügel | Fisch |
|----------------------|------|-----------------|------|----------|-------|
| Basilikum            | X    | X               | X    |          |       |
| Cayennepfeffer       |      | X               |      | X        |       |
| Curry                |      |                 |      | X        |       |
| Dill                 |      |                 |      |          | X     |
| Estragon             |      |                 |      | X        | X     |
| Ingwer               |      |                 |      | X        | X     |
| Knoblauch            | X    |                 | X    |          |       |
| Kräuter der Provence |      | X               |      |          | X     |
| Liebstockel          | X    |                 | X    |          |       |
| Majoran              | X    |                 | X    |          |       |
| Meerrettich          | X    |                 | X    |          |       |
| Oregano              | X    | X               | X    |          |       |
| Paprika              |      | X               |      | X        |       |
| Petersilie           |      | X               |      |          |       |
| Pfeffer              | X    | X               | X    | X        | X     |
| Rosmarin             | X    | X               | X    | X        | X     |
| Salbei               |      | X               |      |          |       |
| Thymian              | X    | X               | X    | X        |       |

# Über die Herausgeber dieses Reports

## Bautied



Der Lieferant von Baumaschinen und Industriebedarf ist seit über 25 Jahren Partner von Bauunternehmen und Industriebetrieben in Norddeutschland.

Seit über 5 Jahren ist Bautied im Internet mit einem eigenen Online-Shop vertreten. Hier findet der Kunde neben Gartengeräten und -möbeln auch eine große Auswahl an Grillgeräten. Das Sortiment reicht vom einfachen Holzkohlegrill bis zur komplett ausgestatteten Außenküche.

Sie sind auf der Suche nach einem neuen Grill?  
Sie wollen wissen, welches System Ihren Ansprüchen am besten genügt?

Lassen Sie sich unter Tel. 04192 8191013 unverbindlich beraten.

Oder besuchen Sie Bautied im Internet unter <http://www.bautied.de>.

## Fleischerei Freese



Der Name Freese ist in Visbek seit über 50 Jahren ein Begriff für hochwertige Fleisch- und Wurstwaren. Dem Fleischerfachgeschäft angeschlossen sind ein Restaurant und ein Partyservice. Unter <http://mybratwurst.de> findet der Kunde außer Bratwurst in zahlreichen Varianten auch viele andere Fleisch- und Wurstspezialitäten.

Kunden in Visbek und Umgebung genießen die große Auswahl an Grillspezialitäten direkt vor Ort. Und alle anderen können die Bratwurst für den nächsten Grillabend jetzt ganz einfach online bestellen unter <http://mybratwurst.de>.

Telefonisch ist die Fleischerei Freese unter Tel. 04445 7513 zu erreichen.

© Rezepte und Fotos: Ludger Freese