

Schneider

**Grillrezepte aus aller Welt**



# Inhaltsverzeichnis

<b>Fisch</b> .....	7
Gegrillte Fische mit Majoran .....	8
Gegrillte Fische mit Zitronensaft .....	9
Gegrillte Forellen mit Tomatensoße .....	10
Gegrillte Makrelen .....	11
Gegrillter Catfish .....	12
Gegrillter Lachs .....	13
Gegrilltes Schellfisch-Steak mit Spinatsauce .....	14
Grillfisch süß-sauer .....	15
Grilllachs .....	16
Lachsseite auf der Haut gegrillt .....	17
Marinierte Riesengarnelen .....	19
Pizza mit Zwiebeln .....	20
Riesengarnelen vom Grill .....	21
Tomatengrillforelle .....	22
Zitronenlachs .....	23
<b>Geflügel</b> .....	24
Barbecue-Putenschnecken .....	25
Chicken Barbecue kanadisch .....	26
Cidre Rahm Hähnchen .....	27
Geflügelspieße mit Obstsoße .....	28
Gegrillte Schnecken aus der Putenoberkeule .....	29
Hähnchen mit Wein-Apfel-Aroma .....	30
Marinierte Putenflügel gegrillt .....	31
Puten-Hackspieße .....	32
Puten - Kartoffelspieße .....	33
Putenspieße mit Curry .....	34
Putenspieße mit Gemüse .....	35
Putenwürstchen mit Gemüse .....	36
Scharfe Hühnerflügel .....	37
Viva Mexichickenkotelett .....	38
Zitronenflügel .....	39
<b>Gulasch</b> .....	40
Gulasch Gordon .....	41
Gulaschsuppe Ungarisch .....	42
Gulaschsuppe Veganer Art .....	43
Gulaschsuppe vom Truthahn .....	44
Gulasch mit Früchten .....	45
Gulasch mit Kürbis .....	46
Gulasch mit Oliven .....	47
Gulasch mit Pflaumen und Äpfeln .....	48
Gulasch mit saurer Sahne .....	49
Gulasch aus Rinderherz oder Kuheuter .....	50
Pilzsuppe Mexikanisch - Sapa de Hargas .....	51
Gulasch "Piroschka" .....	52
Soljanka .....	53

<b>Spezialitäten aus Idar-Oberstein</b> .....	54
Original Idar-Obersteiner Schwenkbraten .....	55
Original Idar-Obersteiner Spießbraten .....	56
Krombierwurst .....	57
Maulwürfe .....	58
Schales aus der Eisenpfanne im Holzbackofen .....	59
Spanferkel auf dem Grill.....	60
<b>Lamm</b> .....	61
Döner Kebab.....	62
Frikadellen am Grillspieß .....	63
Gegrillte Beinscheiben .....	64
Lammkarree vom Rost.....	65
Marinierte Lammkeule.....	66
Schisch Kebab (Şiş Kebab) .....	67
Souvlaki (Marinierte Lammfleischspießchen).....	68
Zeuskoteletts.....	69
<b>Marinade, Soßen, Grillwürze, Dips</b> .....	70
Apfel-Zwiebel-Sauce .....	71
Barbecuesauce mit Kirschen und Ancho-Chillies.....	72
Grill-Marinaden: Biermarinade, Honigmarinade, Orangenmarinade, Rotweinsteinmarinade, Sherrymarinade.....	73
Gewürzsalz pikant.....	75
Grillwürze .....	76
Grillwürze Cajun.....	77
Oliven-Weinsteinmarinade (für Fisch und Geflügel) .....	78
Preiselbeerdip .....	79
Senf-Dill-Soße.....	80
Tomaten-Chili-Salsa.....	81
<b>Rind</b> .....	82
American Barbecue.....	83
Bugalbi .....	84
Grill-Schaschlik .....	85
Grillrind spezial .....	86
Grillspieß mit Mandelbroccoli .....	87
Krombierwurst .....	88
Mexikanisches Hacksteak.....	89
Rindfleischgrillpizza.....	90
<b>Schwein</b> .....	91
Bifteki .....	92
Buletten.....	93
Bunte Spieße .....	94
Elsässer Flammkuchen.....	95
Feurige ungarische Schnitzel.....	96
Flammierte Filetspieße.....	97
Folienmedaillons nach ungarischer Art .....	98
Gegrillter Bauch .....	99
Gemischte Grillspieße.....	100
Grillhaxe.....	101

Grillrippchen mit Knoblauch .....	102
Grillspieß mit Mandelbroccoli .....	103
Gyros, Döner Kebab vom Schwein .....	104
Hackfleischbälle .....	105
Honig-Knobi Spareribs .....	106
Original Idar-Obersteiner Schwenkbraten .....	107
Original Idar-Obersteiner Spießbraten .....	108
Käsewürste mit Folienkartoffeln .....	109
Knoblauchdiskus .....	110
Kotelett am Spieß .....	111
Krombierwurst .....	112
Majoranschnitzel .....	113
Maulwürfe .....	114
Mexikanisches Hacksteak .....	115
Pfälzer Krustenbraten .....	116
Schales aus der Eisenpfanne im Holzbackofen .....	117
Schaschlik nach serbischer Art .....	118
Schichtsalat .....	119
Schwedischer Spieß .....	120
Schweinespieße Hawaii .....	121
Spanferkel auf dem Grill .....	122
Spareribs für 20 Personen .....	123
Spareribs pikant .....	125
Ungarische Grillschnitzel .....	126
Ungarische Hackpogatschen .....	127
<b>Vegetarisch .....</b>	<b>128</b>
Ananas gegrillt .....	129
Backes-Brot .....	130
Backkürbis .....	131
Brärascha (Bratkartoffeln aus rohen Kartoffeln) .....	132
Ciabatta-Brot vom Grill .....	133
Dinkel-Walnuss-Brot .....	134
Folienchampignons .....	135
Folienkartoffeln .....	136
Gegrillte Nektarinen mit Zimt-Toast und Beeren .....	137
Gegrillte Paprika mit Schafskäse .....	139
Gegrillte Peperoni .....	140
Gegrillter Mais .....	141
Gemüsespieße .....	142
Gemüsespieße für 20 Personen .....	143
Gemüsespieße mit Tofu .....	145
Gemüsesträußchen .....	146
Grillbanane .....	147
Grilltomaten mit Tomatenjoghurt .....	148
Grillzwiebel .....	149
Karamellisierte Bananen .....	150
Melanzani-Paprika-Sandwiches mit Parmesan .....	151
Pizzateig (Grundrezept) .....	152
Rosmarin-Kartoffeln .....	153
Tomatengrillfeta .....	154
Würziger Buttermais .....	155

Exotisches für den Wok.....	156
Asiatische Gambas .....	157
Siam-Krevetten .....	158
Schweinefleisch süß-sauer .....	159
Chinafisch süß-sauer .....	161
Jambalaya.....	162
Chinesischer Hackfleischartopf .....	163
Thai-Rindfleisch-Brokkoli-Pfanne .....	164
Tofu süß-sauer.....	165
Rotkohl aus dem Wok.....	166
Gambas "Especial" .....	167
Krabbenpfanne mit Glasnudeln.....	168
Nasi Goreng mit Lachs.....	169
Ananas-Rindfleisch .....	170
Balsamico-Huhn.....	171
Entenwürfel mit Früchten .....	172
Chinesische Hähnchenfilets.....	173
Hähnchen thailändisch.....	174
Hühnchen süß-sauer.....	175

Was wäre eine Grillfete ohne leckere Rezepte aus aller Welt? Genau: eine ziemlich hungrige Angelegenheit.

Wir haben für Sie Gaumenkitzler für jeden Geschmack zusammengetragen, vom deftigen Gulasch über feurige mexikanische Hacksteaks, bodenständige Bratkartoffeln bis hin zu raffinierten asiatischen Gerichten und vegetarischen Köstlichkeiten.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Grillen und einen guten Appetit – und besuchen Sie uns doch mal auf [www.schneider-grillgeraete.de](http://www.schneider-grillgeraete.de): Sie finden dort hochwertige Grillgeräte aus Edelstahl, Töpfe, Pfannen und Kessel, Feuerstellen und Feuerschalen, Grillroste, Grillmotoren, Eintopföfen, Holzbacköfen...kurz alles, was Sie für ein schmackhaftes Grillvergnügen brauchen.

Viel Spaß mit den Rezepten!

**Fisch**

## **Gegrillte Fische mit Majoran**

### **Zutaten:**

Frisch gefangene Fische, Salz, Öl, Majoran.

Die Fische abschuppen, waschen, salzen, mit Majoran und mit Öl bestreichen und auf einen sehr heißen Grill legen. Sobald die Fische goldgelb werden, diese mit Öl begießen und die Fische wenden, um sie auf der anderen Seite goldgelb zu braten. Dieses Vorgehen wiederholen, bis die Fische gar gegrillt sind. Auf einer heißen Platte anrichten.



## **Gegrillte Fische mit Zitronensaft**

### **Zutaten:**

Frisch gefangene Fische, Salz, Öl, Zitronensaft, kleingehackte Petersilie.

Die Fische abschuppen, waschen, salzen, mit Öl bestreichen auf einen sehr heißen Grill legen. Sobald die Fische goldgelb werden, diese mit Zitronensaft und Öl begießen und die Fische wenden, um sie auf der anderen Seite goldgelb zu braten. Dieses Vorgehen wiederholen, bis die Fische gar gegrillt sind. Auf einer heißen Platte anrichten. Aus Öl, Zitronensaft, 1 EL Wasser, Salz und Petersilie einen Sud bereiten und über die Fische gießen.

## Gegrillte Forellen mit Tomatensoße

4 Forellen á 350 g  
Salz  
Pfeffer  
1 Bund Petersilie  
Thymian  
4 Tl. Butter

### **Für die Soße:**

3 El. Pflanzenöl  
40 g Zwiebeln, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
40 g Karotten, fein gewürfelt  
4 El. trockener Rotwein  
300 g Tomaten  
1/2 Tl. Salz  
1/4 Tl. Cayennepfeffer  
1 Tl. Petersilie, gehackt

Ausgenommene Forellen auswaschen, trocknen und mit Salz und Pfeffer würzen. In jede Forelle einen Zweig Petersilie und etwas Thymian geben, die Bauchhöhle jeweils mit einem Teelöffel weicher Butter austreichen. Für die Soße das Pflanzenöl in einer Kasserolle erhitzen und die sehr fein gehackte Zwiebel, die Knoblauchzehe und die Karottenwürfel hell anschwitzen. Die Tomaten in kochendem Wasser kurz überbrühen und häuten, dann würfeln.

Die angeschwitzten Zwiebeln mit dem Rotwein ablöschen, die Tomaten zugeben und mit Salz, Cayennepfeffer und der gehackten Petersilie würzen. Die Soße danach 10-15 Minuten köcheln lassen und, sollte sie zu dickflüssig sein, mit etwas Fleisch- oder Hühnerbrühe strecken.

Die vorbereiteten Forellen auf dem Grillrost von beiden Seiten garen und mit der Tomatensoße und frischem Weißbrot servieren.

## **Gegrillte Makrelen**

### **Zutaten für 6 Personen:**

6 mittelgroße Makrelen, küchenfertig  
6 Lorbeerblätter  
Getr. Thymian für die Glut  
Getr. Rosmarin für die Glut

### **Für die Marinade:**

1 Stck. Würfelzucker  
1 großes Glas Rotwein  
2 EL Senf, scharf  
Salz  
6 Pfefferkörner, angedrückt  
1 Stängel frischer Thymian  
1 Stängel frischer Rosmarin

Makrelen haben ein äußerst schmackhaftes Fleisch und werden aufgrund ihres relativ hohen Fettgehalts bevorzugt geräuchert. Beim Grillen zählen sie zur ersten Wahl unter den Portionsfischen.

Die Makrelen unter fließendem Wasser waschen und mit Küchenpapier innen trockentupfen. In die Bauchhöhle eines jeden Fisches 1 Lorbeerblatt legen.

Für die Marinade den Würfelzucker fein zerstampfen und in eine Schüssel geben. Rotwein, Senf, Salz, Pfefferkörner und die abgezupften Kräuter dazugeben und gründlich vermischen.

Die Makrelen rundum mit der Marinade bestreichen und durchziehen lassen. Nach 10 Min. noch einmal bestreichen.

Die Stäbe eines großen oder mehrerer kleiner Grillkörbe einölen und die Fische hineingeben, dann die Körbe schließen. Ein wenig getrockneten Thymian und Rosmarin auf die Glut streuen. Die Fische auf den Grillrost legen und von jeder Seite etwa 5 Minuten grillen.

Dazu einen frischen Blattsalat servieren.

Hinweis: Große Makrelen beiderseits an den dicksten Stellen zwei- bis dreimal schräg einschneiden, damit sie gleichmäßig garen.

## **Gegrillter Catfish**

### **Zutaten für 4 Personen:**

4 Catfish-Filets à 230 g

### **Für die Sauce:**

1 EL Pflanzenöl

2 EL sehr fein gehackte Zwiebel

1 gehackte Knoblauchzehe

1/4 TL Chili-Paste

1 Tasse Hoi-Sin-Sauce (Ingwersauce, ersatzweise Sojasauce)

1/2 Tasse Wasser

1/3 Tasse Reiswein-Essig (ersatzweise normaler Essig)

### **Für die Marinade:**

1 TL gehacktes Zitronengras (oder Zitronenschale nach Geschmack)

1 TL Öl

### **Für die Garnierung:**

2 dünn schräg geschnittene Lauchzwiebeln

2 EL geröstete, gehackte Erdnüsse

Catfish in flachem Topf mit Zitronengras und Öl marinieren. In zweitem Topf Öl erhitzen, Knoblauch und Zwiebeln 1 Minute köcheln lassen (Vorsicht: Knoblauch brennt leicht an!). Hoi-Sin-Sauce, Wasser, Essig und Chili-Paste zugeben und alles verrühren. Langsam bei geringer Wärmezufuhr 10 Min. köcheln lassen, Sauce evtl. etwas verdünnen.

Fischfilets auf dem vorgeheizten Grill beidseitig jeweils 3 Minuten grillen. Fisch portionieren, Sauce aufsetzen und mit Lauchzwiebeln sowie Erdnüssen bestreuen.

Als Beilage passen Reis und bissfest gegartes Gemüse.

## **Gegrillter Lachs**

### **Zutaten für 4 Personen:**

4 Lachsfilets  
125 ml Ananassaft  
2 TL Zitronensaft  
2 TL Zucker  
4 TL Chilipulver  
2 TL geriebene Zitronenschale  
3/4 TL gemahlener Kümmel  
Salz  
1/4 TL gemahlener Zimt  
Zitronenscheiben nach Geschmack

Ananassaft, Zitronensaft und die anderen Zutaten in einer Schüssel verrühren und die Lachsfilets dazu legen. Die Schüssel verschließen und für eine Stunde kaltstellen. Den Fisch herausnehmen.

Zucker, Chilipulver, geriebene Zitronenschale, Kümmel und Salz in einer Schüssel mischen und den Fisch damit einreiben. Den Fisch auf den Rost legen und je nach Dicke ca. 10 Minuten grillen. Mit Zitronenscheiben servieren.

## **Gegrilltes Schellfisch-Steak mit Spinatsauce**

1 Schellfischsteak (ca. 200 g)  
1 El. Sesamöl  
1 Tl. Sojasauce  
Zitronensaft  
Salz  
Weißer Pfeffer  
1 Spur getrocknetes Zitronengras  
250 g Spinat  
2 El. Süße Sahne  
Salz  
Pfeffer  
1 Knoblauchzehe

Für Schwangere und Stillende: Einfache Mittagsmahlzeit. Fisch ist besonders in der Schwangerschaft besonders wichtig: Er bietet viel Eiweiß und wenig Fett. Allerdings enthält nur Meeresfisch Jod in ausreichender Menge sowie die wertvollen Omega-3-Fettsäuren, die den Cholesterinspiegel senken. Deshalb sollten Sie diese Sorten bevorzugen.

Das Schellfischsteak waschen und trockentupfen. Aus der Hälfte des Sesamöls, Sojasauce, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zitronengras eine Marinade herstellen und das Steak damit bestreichen. Den Fisch in der Marinade etwa 20 Minuten ziehen lassen. Inzwischen den Spinat waschen und putzen. Den Fisch unter dem vorgeheizten Holzkohlegrill von beiden Seiten ca. 5 Minuten grillen. Das restliche Sesamöl in einem Topf erhitzen und den Spinat darin bei kleiner Hitze zusammenfallen lassen und mit Salz, Pfeffer und dem durchgepressten Knoblauch würzen. Dann die Sahne zugeben und mit dem Pürierstab zu einer Sauce pürieren. Das Schellfischsteak mit diesem Schaum anrichten. Dazu passen Kartoffeln oder Reis.

## Grillfisch süß-sauer

### Zutaten für 1 Portion:

200 g Schnitte von festfleischigem Fisch (Lachs, Thun- oder Schwertfisch)  
2 EL Zitronensaft  
1 TL Öl  
Salz  
1 Messerspitze Currypulver  
200 g Zucchini  
100 g Heidelbeeren  
1 Apfel  
1 TL milder Senf  
100 g Joghurt  
1 EL Kaltpressöl  
Salz  
Pfeffer

Fisch ist eine gesunde Grill-Alternative zu gepökeltem Fleisch, das beim Grillen Nitrosamine bildet, denn er enthält viel fettarmes Eiweiß, Jod und Fluor. Deshalb sollte man auch im Sommer regelmäßig Fischmahlzeiten einplanen.

Die Fische Schnitte mit kaltem Wasser abwaschen und trockentupfen. Zitronensaft mit Öl, etwas Salz und Curry vermischen, den Fisch damit bestreichen und im Kühlschrank mindestens 1 Stunde marinieren. Inzwischen die Zucchini und den Apfel waschen, schälen und raspeln. Mit den Heidelbeeren mischen. Senf mit Joghurt, Kaltpressöl, Salz und Pfeffer cremig rühren, unter die Rohkost ziehen.

Den Grillrost mit Öl bepinseln, damit der Fisch nicht klebt, und nicht zu dicht am Feuer, aber bei guter Hitze auf jeder Seite 4-6 Minuten (je nach Dicke) grillen. Zur Rohkost auf den Teller geben.

Sie können die Fische Scheibe auch 5 Minuten im Kontaktgrill oder von jeder Seite 4 Minuten im Elektrogrill garen. Oder aber sie braten die Schnitte bei mittlerer Hitze in etwas Öl knusprig.

## **Grilllachs**

### **Zutaten:**

800 g Lachs, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, Öl, Zitronensaft.

Lachs in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden, mit Öl und Zitronensaft beträufeln, mit Zwiebelscheiben belegen und mindestens 1 Stunde ziehen lassen. Danach nur die Lachsscheiben auf den eingefetteten Rost legen und bei mäßiger Hitze grillen. Den Lachs erst kurz vor dem Anrichten würzen.



## **Lachsseite auf der Haut gegrillt**

### **Zutaten für 20 Personen:**

2 Lachsseiten mit Haut

2 Ananas

Für die Garnitur:

4 Limonen

1 Bund Frühlingszwiebeln

2EL Sesamkörner

Für die Marinade:

12 EL Limettensaft

12EL Sesamöl

12EL Sojasauce

4 EL brauner Rohrzucker

4EL Ingwer (frisch)

Pfeffer, Salz

Zubehör: 2 große Schalen, 2 Anzündkamine, Alufolie zum Einpacken, Weber-Fischwender

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Einlegezeit: 60 Minuten

Grillzeit: 20-25 Minuten

Grillmethode: Lachs indirekt, Ananas direkt

### **Vorbereitung**

Ananas schälen, in 12 Scheiben schneiden. Strunk entfernen. Limonen in je 6 Spalten, Frühlingszwiebeln in kleine Ringe schneiden. Ingwer schälen und sehr klein schneiden.

Aus Limettensaft, Öl, Sojasauce, Zucker und Ingwer eine Marinade herstellen.

Den abgespülten Lachs und die Ananasscheiben in je einen Gefrierbeutel geben, die fertige Marinade hinzufügen, versiegeln und mehrfach wenden, damit sich die Marinade gut verteilt.

Die Beutel 1 Stunde in den Kühlschrank legen und ab und zu wenden.

In der Zwischenzeit die Sesamkörner trocken und in einer kleinen Pfanne vorsichtig 3 Minuten lang rösten.

### **Grillen**

Den Lachs von den Ananasscheiben und der Marinade befreien, auf eine 10 cm überstehende extrastarke Alufolie legen und den überstehenden Rand zum Fisch hin krepeln. Lachs indirekt und Ananas direkt auf den Grill legen, Deckel schließen und 10-15 Minuten grillen.

Die Ananas sollten leicht gebräunt und der Lachs durch, aber immer noch saftig sein.

### **Servieren**

Lachs nach Geschmack leicht salzen und pfeffern, mit je einer halben Ananasscheibe, Limonenviertel, etwas geröstetem Sesam und den Frühlingszwiebeln garnieren.

### **Besondere Tipps**

Eine kleine Scheibe Brot mit Sesamöl beträufeln, goldbraun grillen und dazu servieren.

## **Marinierte Riesengarnelen**

### **Zutaten für 6 Personen:**

8 Riesengarnelen mit Schale und Kopf  
10 grüne und rote Pfefferschoten  
50 ml Sojasauce  
30 ml Fischsauce (im Asialaden)  
Salz, Pfeffer  
6 EL Olivenöl, plus  
4 EL Olivenöl zum Braten, wenn nötig  
125 ml Whisky

1. Um den dunklen Darm zu entfernen, Garnelen am Rücken entlang einschneiden (Köner schneiden dazu die Bauchseite tief ein und entfernen den Darm mit einem Zahnstocher). Die Pfefferschoten halbieren.

Es geht auch anders: Garnele in beide Hände nehmen, strecken, so dass sie ganz gerade ist und dann mit einem schnellen Ruck zusammendrücken. Nun vorsichtig die Schalen vom Körper abziehen. Den Darm kann man nun mit einer Pinzette greifen und im Ganzen aus dem Körper ziehen.

2. Garnelen in einer Schüssel mit Sojasauce, Fischsauce, Salz, Pfefferschoten, Pfeffer, Olivenöl und Whisky marinieren. Für 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

3. Garnelen abtropfen lassen und auf den Grill legen. Von jeder Seite etwa 4 Minuten rösten. (Oder Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen von jeder Seite ca. 4 Minuten bei starker Hitze braten.)

4. Garnelen vom Grill oder aus der Pfanne nehmen. Mit Cocktailsauce servieren.

Zubereitungszeit: 30 Minuten.

## **Pizza mit Zwiebeln**

(Teig nach Grundrezept)

### **Zutaten:**

500 g weiße Zwiebeln  
3 EL Olivenöl  
250 g kleine Kirschtomaten  
250 g Oliven  
75 g Kapern  
75 g geriebener Pecorino oder Parmesan  
5 Sardellenfilets  
2 EL gehackte, glatte Petersilie  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
Olivenöl zum Beträufeln

### **Zubereitung**

Zwiebeln schälen und fein hobeln. Mit Olivenöl vermischen und zugedeckt etwa 2 Stunden ziehen lassen. Die Kirschtomaten waschen, von Blütenansätzen befreien, in eine Schüssel geben und zerdrücken. Oliven entsteinen und grob hacken.

Teigboden mit Zwiebeln belegen, Tomaten, Oliven, Kapern und Käse darüber verteilen. Mit Sardellenfilets belegen, mit gehackter Petersilie bestreuen, salzen und pfeffern. Mit Olivenöl beträufeln und backen.

## **Riesengarnelen vom Grill**

### **Zutaten für 20 Personen:**

20 Riesengarnelen

Für die Garnelen:

2 gehackte Knoblauchzehen

4 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

150gr Butter

6 Knoblauchzehen

2 EL Sweet Chili flüssig

1 EL Honig

2 EL Sojasauce

Zitronensaft

Bund Petersilie

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Einlegezeit: 15 Minuten

Verwendeter Grill: Weber Q und Weber Baby Q

Grillzeit: 3-5 Minuten

Grillmethode: direkt

### **Vorbereitung**

Garnelen samt Schale in der Mitte durchschneiden, Darm entfernen, waschen und abtupfen. Mit Knoblauch, Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel gut vermischen und 15 Minuten marinieren.

Für die Sauce die Butter zerlassen und Knoblauch hineinpressen, leicht anschwitzen lassen. Mit etwas Sweet Chili, Zitronensaft, Honig und Sojasauce abschmecken. Petersilie fein hacken und kurz vor dem Servieren in die Sauce geben.

## Tomatengrillforelle

### Zutaten:

4 Forellen á 350 g  
Salz  
Weißer Pfeffer  
4 Zweige Petersilie  
Einige Thymianblättchen  
4 Teelöffel frische Butter

### Für die Sauce:

3 EL Pflanzenöl  
40 g feingehackte Zwiebeln  
1 zerdrückte Knoblauchzehe  
40 g kleine Karottenwürfel  
4 EL trockener Wein  
300 g Tomaten  
½ Teelöffel Salz  
¼ Teelöffel Cayennepfeffer  
1 Teelöffel gehackte Petersilie

### Zubereitung:

Die Forellen waschen, abtrocknen, mit etwas Salz und Pfeffer würzen. In jede Forelle ein Zweiglein Petersilie und etwas Thymian geben und die Bauchhöhlen mit je einem Teelöffel frischer, weicher Butter ausstreichen.

Für die Sauce: Die Tomaten in kochendes Wasser tauchen, die Haut abziehen und die Stiele entfernen. Das Pflanzenöl erhitzen, die sehr fein gehackte Zwiebel, die zerdrückte Knoblauchzehe und die Karottenwürfel hell anschwitzen, mit dem Rotwein ablöschen, die Tomaten zugeben und mit Salz, Cayennepfeffer und gehackter Petersilie würzen. Die Sauce ca. 10 bis 15 Minuten köcheln lassen und nötigenfalls mit etwas Fleisch oder Hühnerbrühe verdünnen.

Die Forellen auf dem Grill von beiden Seiten garen und mit Tomatensauce, frischem Weißbrot oder Kartoffeln servieren.

## **Zitronenlachs**

### **Zutaten:**

4 Lachsscheiben á 200 g, Salatblätter, Saft von einer Zitrone, Salz, Dill, Kresse und feingehackte Petersilie.

Die Lachsscheiben mit Öl bepinseln und auf dem heißen Grill von beiden Seiten bräunen. Dann portionsweise auf Salatblättern anrichten, mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Kräutern vollenden. Mit Zitronenscheiben garnieren und mit Sahne- Meerrettich servieren.

# **Geflügel**



## **Barbecue-Putenschnecken**

### **Zutaten für 6 Portionen:**

600 g Putenbrustschnitzel  
100 ml Barbecue-Sauce oder Ketchup  
1 EL scharfer Senf  
200 g Frühstücksspeck in Scheiben  
Grillspieße

1. Putenfleisch in etwa 2 cm dicke, lange Streifen schneiden. In eine flache Form geben. Barbecue-Sauce mit Senf mischen und die Putenstreifen über Nacht marinieren.

2. Am nächsten Tag die Speckscheiben längs halbieren. Auf jeweils einen Streifen Fleisch 1 Streifen Speck legen und eng aufrollen.

3. Je 2 bis 3 Schnecken auf einen Spieß stecken. Auf dem Grill von beiden Seiten ca. 5 Minuten grillen.

Tipp: Durch die Marinade wird das Fleisch würzig, der Speck hält es saftig.

## **Chicken Barbecue kanadisch**

### **Zutaten:**

1 Flasche Ahornsirup  
1 Schale Champignons  
4 Hähnchenunterschenkel  
1 Schale grüne Bohnen  
100 g Frühstücksspeck  
3 Kartoffeln

### **Zubereitung:**

Die Hähnchenunterschenkel auslösen, mit Salz, Pfeffer, Kräuter der Provence und Olivenöl marinieren, in einer Grillpfanne anbraten und im Ofen garziehend lassen.

Die ganzen Kartoffeln in Salzwasser kochen, abgießen, einzeln in Alufolie einwickeln, längs aufschneiden und mit einer Creme aus Joghurt, Sojasoße, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und gehackten Kräutern füllen. Die übrigen Champignons entstielen, in Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren, in einer Grillpfanne anbraten und im Ofen garziehend lassen.

Die Bohnen auf gleiche Länge tournieren, im Salzwasserbad blanchieren, abgießen, jeweils acht Bohnen mit einer Speckscheibe einrollen und in einer Butterflocke nachbraten.

Für die Soße den übrigen Speck in Würfel schneiden, in wenig Olivenöl anschwitzen, mit Salz, Pfeffer und Kräuter der Provence würzen und mit einem Schuss Ahornsirup, Tomatenmark, grünem Tabasco, Balsamico, Rotwein und Senf vollenden.

Alles auf einem flachen Teller anrichten und mit einem Basilikumstrauß garnieren.

## Cidre Rahm Hähnchen

### Zutaten für 4 Personen:

1 Hähnchen  
1 Flasche Cidre  
1/4 l Sahne  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 Bund Majoran  
Olivenöl  
Pfeffer  
Salz  
1 EL Senf  
1 EL Tomatenmark  
1 Apfel

### Für die Beilage:

6 mittelgroße Kartoffeln  
6 frische Lorbeerblätter

Aus Tomatenmark, Senf, Pfeffer, Salz und einem Schuss Sahne eine Paste anrühren. Das Hähnchen damit rundum einstreichen. Das Backrohr auf 220 Grad vorheizen. Apfel schälen, in Spalten schneiden und entkernen, in eine feuerfeste Form geben. Hähnchen mit einer Zwiebel, einer Knoblauchzehe und einem Bund Majoran füllen, auf die Apfelstücke legen. Mit 1/2 l Cidre angießen.

Offen in den Ofen stellen und 1 1/2 Std. garen, dabei mehrfach wenden, bis es von allen Seiten gut gebräunt ist. Nach etwa 1/2 Std. Gartemperatur auf 180 Grad reduzieren.

Kartoffeln waschen, mit Schale längs einschneiden und in den Spalt ein Lorbeerblatt legen. In eine Form legen und mit Butterflocken bestreuen. Im Holzbackofen etwa 40 Minuten mitgaren.

Dazu trinkt man natürlich Cidre.

## **Geflügelspieße mit Obstsoße**

### **Zutaten für 4 Personen:**

2 doppelte Hähnchenbrustfilets á 300 g  
5 EL Öl  
2 EL Zitronensaft  
1 TL Pfeffer, grob geschrotet  
3 EL Orangenlikör (optional)  
20 Tropfen Tabasco (oder nach Geschmack)  
2 EL gehackte Petersilie

### **Erdbeer-Aprikosen-Soße:**

125 g Zucker  
8 frische Aprikosen á 50 g  
250 g Erdbeeren  
1-2 EL Limettensaft  
Salz

Für die Spieße: Das Fleisch abspülen, trockentupfen, eventuell Fett abschneiden und Fleisch in Würfel schneiden. Öl, Zitronensaft, Pfeffer, eventuell Likör, Tabasco und gehackte Petersilie zugeben und alles abgedeckt im Kühlschrank etwa 30 Minuten durchziehen lassen.

Für die Erdbeer-Aprikosen-Soße: 180 ml Wasser und Zucker aufkochen, bis der Zucker gelöst ist. Die Aprikosen abspülen, entsteinen und würfeln. Im Zuckerwasser etwa 15 Minuten weich kochen. Aprikosen in der Flüssigkeit mit dem Schneidstab des Handrührers pürieren.

Die Erdbeeren abspülen, putzen und eventuell zerkleinern. Das Aprikosenpüree erhitzen und die Erdbeeren darin etwa eine Minute garen. Die Soße von der Kochstelle nehmen und mit Limettensaft abschmecken.

Die Geflügelwürfel auf Schaschlikspieße stecken und von jeder Seite etwa drei Minuten grillen.

Die Erdbeer-Aprikosen-Soße warm oder kalt dazu servieren.

Pro Portion ca. 510 Kcal, 20 g Fett.

## Gegrillte Schnecken aus der Putenoberkeule

**Zubereitungszeit: 90 Minuten**

**Energiegehalt: 400 kcal/Portion**

Putenoberkeule unter fließendem kaltem Wasser abspülen und trockentupfen. Fleisch von Haut und Knochen befreien. Porree putzen, waschen und die Blätter lösen. Porreeblätter kurz in kochendem Wasser blanchieren. Fleisch etwas flach klopfen, mit Salz und Pfeffer bestreuen. Mit der Hälfte des Frischkäses bestreichen, Porreeblätter darauf legen und den übrigen Käse darauf geben. Aprikosen klein würfeln und darauf verteilen. Alles fest aufrollen.



Sechs Holzspieße in gleichmäßigen Abständen durch die Fleischrolle stecken. Fleisch dann entsprechend in sechs Scheiben schneiden (besser geht es, wenn man die Rolle 30 Minuten anfriert). Gefüllte Putenscheiben auf dem Grill zehn Minuten grillen. Dabei ab und zu wenden.

## Hähnchen mit Wein-Apfel-Aroma

### Zutaten für 20 Personen:

4 Hähnchen á 1300gr  
Für die Glasur:  
600 ml Apfelsaft  
200gr Zucker  
4 EL Apfelessig  
8 EL Ketchup  
4 abgeriebene Orangenschalen  
4EL Sojasauce  
Salz, Pfeffer  
Für das Hähnchen:  
2TL Lemonpepper  
Dünne Apfelscheiben von 2 Äpfeln

Zubehör: 4 Geflügelhalter  
Vorbereitungszeit: 30 Minuten  
Einlegezeit: keine  
Grillzeit: 60 bis 70 Minuten  
Grillmethode: indirekt, 180°C, Gartemperatur 80°C, evtl. Grilltemperatur reduzieren.

### Vorbereitung

Für die Glasur Apfelsaft, Zucker und Essig in einem kleinen Topf zum Kochen bringen und auf die Hälfte einkochen lassen. Ketchup und Orangenschale unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Haut des Hähnchens vorsichtig lösen und besonders bei Brust und Keule mit feinen Apfelscheiben unterfüttern. Achtung, die Haut nicht verletzen! Das Hähnchen innen mit Lemonpepper und Salz würzen, außen etwas reduzierten Wein oder Orangensaft in die Tasse des Geflügelhalters füllen, das vorbereitete Hähnchen nun aufsetzen und oben mit dem Stopfen verschließen.

### Grillen

Bei 170 bis 180 Grad nun 60 bis 70 Minuten grillen. Nach 50 Minuten das Hähnchen im Fünfminutentakt mit der Glasur bestreichen. Kurz vor Schluss die Temperatur auf 220 Grad erhöhen und das Hähnchen knusprig braun fertig grillen. Vom Grill nehmen, in der Küche zerteilen und in Aluschalen auf dem Grill bis zum Servieren warm halten.

### Besondere Tipps

Anstatt Apfelscheiben können auch Zitronenscheiben und/oder Kräuter unter die Haut geschoben werden.

## Marinierte Putenflügel gegrillt

**Zubereitungszeit: 20 Minuten (ohne Wartezeit)**

**Energiegehalt: 860 kcal/Portion**

Flügel waschen und trockentupfen. Zitrone waschen, trockenreiben und in Scheiben schneiden.

Knoblauchzehe halbieren. Rosmarin waschen und die Nadeln von den Stielen zupfen. Wein, Öl, Knoblauch,

Zitronenscheiben, Lorbeerblätter und Putenflügel in einen großen Gefrierbeutel geben und fest verschließen. 24 Stunden darin marinieren, ab und zu wenden.

Flügel herausnehmen, trockentupfen. Marinade aufheben. Das Fleisch 15 bis 20 Minuten grillen. Dabei die Flügel öfter wenden und mit der Marinade bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Servieren in einer Schüssel anrichten und mit den Oliven garnieren.



## Puten-Hackspieße

**Zubereitungszeit: 40 Minuten**  
**Energiegehalt: 160 kcal/Spieß**

Putenbrust waschen, trockentupfen und fein zerhacken. Puten-Hackfleisch mit Ei und Sahne verkneten und mit Salz, Pfeffer, Koriander und Paprika abschmecken. Aus der Hackmasse 18 kleine Klößchen formen.

Tomaten waschen, Champignons putzen und Schalotten schälen. Die Hackklößchen, Tomaten, Champignons, Schalotten auf sechs Spieße verteilen. Auf dem Grill unter Wenden fünf bis sechs Minuten grillen.





## Puten - Kartoffelspieße

**Zubereitungszeit: 75 Minuten**

**Energiegehalt: 95 kcal/Spieß**

Kartoffeln gründlich waschen und in Salzwasser 20 Minuten garen. Putenfilets unter fließendem Wasser abspülen und trockentupfen. Fleisch in große Würfel schneiden. Zwiebeln abziehen und vierteln. Gurken waschen und in dicke Scheiben schneiden.

Kartoffeln abgießen, pellen, halbieren und etwas abkühlen lassen. Alle Zutaten abwechselnd auf Spieße stecken und auf dem Grill rundherum acht Minuten grillen. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern der Provence bestreuen. Mit frischem Basilikum auf einer Platte anrichten.



## Putenspieße mit Curry

**Zubereitungszeit: 25 Minuten**  
**Energiegehalt: 450 kcal/Spieß**

Kartoffeln in kochendem Wasser bissfest garen. In der Zwischenzeit Putenwürstchen in etwa vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Ananas schälen, das Fruchtfleisch ablösen und in Stücke schneiden.

Durchwachsenen Speck in einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Öl, Sojasauce und Gewürze zu einer Marinade verrühren.

Die gegarten Kartoffeln abkühlen lassen und halbieren. Truthahnwürstchen, Ananas, Kartoffeln und Speck abwechselnd auf Spieße stecken und mit der Marinade beträufeln. Auf dem Grill etwa sieben bis acht Minuten grillen. Regelmäßig wenden.



## Putenspieße mit Gemüse

**Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten (ohne Wartezeit)**

**Energiegehalt: 450 kcal/Spieß**

Putenbrust in drei Zentimeter große Würfel schneiden. Das Gemüse putzen oder waschen und ebenfalls würfeln. Anschließend abwechselnd Gemüse und Fleisch auf die Holzspieße stecken. Aus Öl, Zitronensaft, Pfeffer und Rosmarin eine Marinade rühren. Spieße damit bepinseln und zwei Stunden ziehen lassen. Spieße auf dem Grill rundherum je zwei bis drei Minuten garen.



## Putenwürstchen mit Gemüse

**Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten**

**Energiegehalt: 360 kcal/Portion**

Putenwürstchen mit Öl bepinseln. Tomaten waschen, halbieren und pfeffern. Auberginen waschen, in Scheiben schneiden und salzen. Zehn Minuten ziehen lassen, das Salz abtupfen. Maiskolben waschen und halbieren. Zwiebeln schälen, längs vierteln.

Gemüse 15 Minuten grillen, dabei immer wieder mit Öl bepinseln. Würstchen sechs Minuten grillen.



## Scharfe Hühnerflügel

### Zutaten für 4 Personen:

1200 g Hühnerflügel (TK oder frisch)  
1 TL Kumin (Kreuzkümmel)  
1 EL Rosenpaprika  
1 TL Pfeffer, grob geschrotet  
5 EL Öl

Die aufgetauten Hühnerflügel abspülen, eventuell noch vorhandene Federkiele entfernen. Kumin, Paprika, Pfefferschrot und Öl verrühren und die Flügel damit bestreichen.

Mindestens eine Stunde durchziehen lassen. Von jeder Seite etwa zehn Minuten knusprig grillen.

**Tipp:** Genauso können Sie auch Hühnerschenkel grillen. Die brauchen nur etwa zehn Minuten länger.

## Viva Mexichickenkotelett

### Zutaten für 4 Personen:

4 Hähnchenschenkel á 200g  
4 kleine Koteletts á 125g  
2 Maiskolben  
4 mittelgroße Kartoffeln, vorgegart  
Mexikanische Soße  
Salz + Pfeffer  
Chilipulver  
Speiseöl  
Butter

Hähnchenschenkel und Koteletts unter kaltem Wasser gut abspülen und trockentupfen. Mit einem Pinsel leicht einölen und von beiden Seiten pfeffern. Das Fleisch auf dem Grill bei mittlerer Hitze von beiden Seiten grillen, anschließend Hähnchenschenkel und Koteletts salzen. Kartoffeln halbieren. Maiskolben und Kartoffeln leicht buttern und von beiden Seiten einige Minuten grillen, dabei immer wieder mit Butter bestreichen.

Dazu Mexikanische Soße servieren.

## Zitronenflügel

**Zubereitungszeit: 20 Minuten (ohne Wartezeit)**

**Energiegehalt: 860 kcal/Portion**

Flügel waschen und trockentupfen. Zitrone waschen, trockenreiben und in Scheiben schneiden.

Knoblauchzehe halbieren. Rosmarin waschen und die Nadeln von den Stielen zupfen. Wein, Öl, Knoblauch,

Zitronenscheiben, Lorbeerblätter und Putenflügel in einen großen Gefrierbeutel geben und fest verschließen. 24 Stunden darin marinieren, ab und zu wenden.



Flügel herausnehmen, trockentupfen. Marinade aufheben. Das Fleisch 15 bis 20 Minuten grillen. Dabei die Flügel öfter wenden und mit der Marinade bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Servieren in einer Schüssel anrichten und mit den Oliven garnieren.

# **Gulasch**



## **Gulasch Gordon**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

750 g Gulasch (aus der Keule)

Biskin zum Braten

1 Zwiebel

3/8 l Wasser

Wenig Peperoni, feingehackt

Salz

Sambal-Nasi-Goreng

1 EL Mehl

4 EL Dosenmilch

100 g Porree

125 g Sojakeime

Das Fleisch in feine, kurze Streifen schneiden und in Biskin anbraten. Dann die gewürfelte Zwiebel dazugeben und kurz mitbraten.

Das Wasser zufügen und mit Peperoni, Salz und Sambal vorsichtig würzen. Alles etwa 50 Minuten über dem Holzfeuer köcheln lassen.

Das Mehl mit der Dosenmilch verrühren und das Fleisch damit binden. Den Porree in feine Streifen schneiden und zusammen mit den Sojakeimen noch etwa 10 Minuten bei schwacher Hitze mit dem Fleisch garen. Das Gericht nochmals kräftig abschmecken.

## Gulaschsuppe Ungarisch

### Zutaten für 4 Portionen:

400 g Rindfleisch  
Salz  
2 EL Paprika, rosenscharf  
2 EL Schweineschmalz  
4 mittelgroße Zwiebeln  
1 EL Tomatenmark  
1 1/2 l Fleischbrühe (frisch oder aus Extrakt)  
1 kleine, grüne Paprikaschote  
1 EL Stärkemehl  
1/2 geriebene Zitronenschale  
1 Prise gemahlener Kümmel  
2 Knoblauchzehen

Das Rindfleisch kalt abwaschen und in kleine Würfel schneiden (oder fertig beim Fleischer kaufen). In eine Schüssel legen, mit Salz und Paprika überstreuen und kräftig wenden, damit das Fleisch rundum gewürzt ist.

Das Schmalz in einem Topf erhitzen. Die Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden und im Schmalz langsam dünsten. Zwischendurch mehrfach umrühren. Wenn die Zwiebeln weich sind, das Tomatenmark hinzugeben und unter Rühren weiter dünsten, bis sich die Zwiebeln und das Tomatenmark verbunden haben. Jetzt das Fleisch hinzufügen und gut durchrühren. Im Hirtentopf über dem Holzfeuer köcheln lassen, dann die kochende Fleischbrühe darübergießen.

Die gewaschene und entkernte Paprikaschote in feine Streifen schneiden und ebenfalls zugeben. Weitere 20 Minuten schwach kochen lassen. Wenn das Fleisch gar ist, das Stärkemehl mit etwas Wasser anrühren und die Suppe damit binden.

Während die Suppe weiter köchelt, Zitronenschale abreiben und mit dem Kümmel und den zerdrückten Knoblauchzehen zu einer Paste verrühren. Diese in die Suppe geben, unterrühren und zuletzt nochmals mit Salz abschmecken.

## Gulaschsuppe Veganer Art

### Zutaten für 4 Portionen:

150 g Seitan  
200 g Tofu  
250 g Champignons  
3 mittelgroße Kartoffeln  
1 rote Paprikaschote  
1 grüne Paprikaschote  
2 Tomaten  
3 Zwiebeln  
3 EL Öl  
1 TL Räuchersalz  
1 TL gekörnte Gemüsebrühe  
1/2 TL Pfeffer  
1 TL Kümmel  
1 TL Majoran  
2 TL Paprikapulver, edelsüß  
1 TL Tomatenmark  
2 EL Arrowroot oder Reismehl  
2 EL Tamari  
1 EL Essig

Seitan und Tofu waschen, trockentupfen und dann in Würfel schneiden. Champignons, Kartoffeln, Paprikaschoten, Tomaten und Zwiebeln säubern und klein würfeln.

Öl in einem Gulaschkessel erhitzen und zunächst die Zwiebeln darin glasig andünsten. Dann die Seitan- und Tofuwürfel zugeben und anbraten. Als nächstes die Champignons, dann Salz, Gemüsebrühe, Pfeffer, Kümmel und Majoran anschmoren. Das restliche Gemüse unter Rühren nach und nach untermischen und mit Paprikapulver bestäuben.

In einer Tasse das Tomatenmark mit etwas Wasser anrühren und zugeben. Sämtliche Zutaten mit Wasser bedecken und 20 bis 30 Minuten köcheln lassen, gelegentlich umrühren.

Arrowroot oder Reismehl mit etwas Wasser glattrühren und unter ständigem Rühren der Suppe beimengen; erneut aufkochen lassen. Mit Tamari und Essig abschmecken.

## **Gulaschsuppe vom Truthahn**

### **Zutaten für 6 Portionen:**

2 TL Öl  
500 g Zwiebeln in feinen Scheiben  
2 grüne Paprika, gewürfelt  
2 EL Paprika, edelsüß  
1/4 TL Kreuzkümmel, gemahlen  
2 l Hühnerbrühe  
2 EL Maisstärke  
125 g Bandnudeln  
500 g Putenschnitzel in Streifen

Zwiebel im Öl braun braten. Mit ca. 4 El Brühe die Maisstärke anrühren. Rest der Brühe zu den Zwiebeln geben, Paprika, Paprikapulver und Kreuzkümmel zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen. Maisstärke zugeben und weitere 20 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Nudeln etwas vor bissfest kochen. Das Putenfleisch zu der Brühe geben und ca. 5 Minuten garziehen lassen, Nudeln zugeben und nochmals ca. 2 Minuten erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und heiß servieren.

## **Gulasch mit Früchten**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

800 g mageres Rindfleisch  
8 rote Zwiebeln  
60 g Margarine  
1 l Rotwein  
200 g getrocknete Aprikosen  
Salz  
Pfeffer  
Rosenpaprika  
2 EL Creme double  
2 EL dunkler Soßenbinder

Fleisch waschen, trockentupfen und in 4 cm große Würfel schneiden. Zwiebel pellen und achteln.

Margarine erhitzen und das Fleisch von allen Seiten darin braun anbraten. Zwiebeln zufügen und ebenfalls anbraten. Mit Wein ablöschen, Aprikosen zufügen und etwa 1 Stunde im Gulaschtopf über dem offenen Holzfeuer oder in der Gulaschkanone köcheln lassen.

Dann mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und noch etwa 30 Minuten weitergaren. Creme double und den Soßenbinder zum Schluss einrühren.

## **Gulasch mit Kürbis**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

250 g Schweinegulasch

250 g Rindergulasch

375 g Zwiebeln

1 Lorbeerblatt

Thymian

Salz

Pfeffer

500 g Kürbis

Bratensoße

Zitronensaft

Gulasch in heißem Öl anbraten, gewürfelte Zwiebeln dazugeben, mit Lorbeerblatt, Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Wasser und Zutaten in den Gulaschtopf geben und ca. 70 Minuten köcheln lassen.

Kürbis entkernen, schälen, würfeln, zum Gulasch geben, noch 20 Minuten köcheln. Mit Bratensoße und etwas Zitronensaft abschmecken.

## **Gulasch mit Oliven**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

400 g Rindergulasch  
400 g Schweinegulasch  
3 EL Olivenöl  
2 Zwiebeln (100g)  
1 Knoblauchzehe  
1/4 l Rotwein  
1/2 l Fleischbrühe (Instant)  
Salz  
Pfeffer  
120 g schwarze Oliven  
2 EL Soßenbinder  
1 Bund glatte Petersilie  
1 unbehandelte Zitrone

Gulasch waschen, trockentupfen, eventuell klein schneiden. In heißem Öl anbraten, Zwiebel- und Knoblauchwürfel mitdünsten. Mit Rotwein und Brühe ablöschen. Würzen.

Zirka 1 1/4 Stunden im Gulaschtopf über dem offenen Holzfeuer kochen.

Oliven entsteinen, zugeben, Gulasch binden. Petersilie hacken und zufügen. Abschmecken. Mit Zitronenscheiben und -schalenstreifen garnieren. Beilage: Reis.

## **Gulasch mit Pflaumen und Äpfeln**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

500 g Rindernacke, gewürfelt  
250 g Backpflaumen  
50 g Schmalz  
250 g Zwiebeln, grob gehackt  
Jodsalz  
Pfeffer  
Majoran  
1/4 l Apfelwein  
250 g Äpfel, geschält und in Spalten geschnitten  
3 EL Apfelmus

Pflaumen über Nacht einweichen. Fleisch in heißem Schmalz 10-15 Minuten anbraten. Zwiebeln zugeben, kurz mit anbraten, würzen. Mit Wasser und Apfelwein auffüllen, 90 Minuten im Gulaschtopf über dem offenen Holzfeuer kochen.

30 Minuten vor Garzeitende die Pflaumen, nach weiteren 15 Minuten die Äpfel zugeben. Zum Schluss Apfelmus unterrühren.



## **Gulasch mit saurer Sahne**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

4 EL Schweineschmalz  
600 g Rindergulasch  
500 g Zwiebeln  
1 EL Salz  
1/2 EL Pfeffer  
2 EL Paprika, edelsüß  
1 Prise Knoblauchpulver  
1/2 EL Kümmel, gemahlen  
1/8 l Fleischbrühe  
2 EL Rotweinessig  
1 EL Mehl  
3/8 l saure Sahne

Schmalz in einem schweren Gulaschtopf stark erhitzen. Fleisch hineingeben und unter häufigerem Wenden in etwa 10 Minuten braun anbraten.

Inzwischen die Zwiebeln schälen und würfeln, zum Gulasch geben und 5 Minuten hell bräunen. Gewürze, Brühe und Essig dazugeben. Das Gulasch im Topf über dem Holzfeuer sachte gar schmoren, gelegentlich umrühren.

Mehl mit etwas Sahne glatt verrühren, 10 Minuten vor Ende der Garzeit ins Gulasch rühren.

Das Gulasch abschmecken, anrichten und die dicke Sahne darübergießen. Dazu passen Kartoffelknödel oder Salzkartoffeln.

## **Gulasch aus Rinderherz oder Kuheuter**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

600 g Rinderherz oder Kuheuter  
4 EL Butter oder Margarine  
1 Lorbeerblatt  
1 Zwiebel  
1 EL Mehl  
2 EL Tomatenmark  
1 Bd. Wurzelwerk

Das Herz gründlich waschen und die Röhren herausschneiden. Der Kuheuter soll einige Stunden gewässert und dann gut ausgedrückt werden.

Nach dieser Vorbereitung werden sowohl Herz als auch Euter in Würfel zu 30 bis 40 gr. geschnitten, leicht gesalzen und in Butter oder Margarine angebraten.

Dann den Gulaschtopf mit leicht gesalzenem heißem Wasser auffüllen und das Herz 1 1/2 bis 2 Stunden, das Euter 3 bis 4 Stunden über dem offenen Holzfeuer kochen. Nach Bedarf kann immer wieder heißes Wasser zugegossen werden.

30 bis 40 Minuten vor Beendigung der Garzeit das geputzte, kleingeschnittene Wurzelwerk und das Lorbeerblatt der Brühe zusetzen.

Inzwischen die feingehackte Zwiebel in Butter oder Margarine goldgelb in einer Eisenpfanne anschwitzen, mit Mehl überstreuen, noch 1 bis 2 Minuten weiter rösten, das Tomatenmark begeben und das Gemisch aus Zwiebel, Mehl und Tomatenmark 10 Minuten vor dem Garen in das Gulasch rühren.

Auf Wunsch kann dieser Gulasch mit etwas Zitronensaft oder - wenn nicht vorhanden - mit etwas schwachprozentigem Weinessig abgeschmeckt werden.

Salzkartoffeln oder körnig gekochter Reis vervollständigen das Gericht. Kräuter als Garnierung und ein Rohkostsalat aus Obst oder Gemüse werden als Beilage empfohlen.

## **Pilzsuppe Mexikanisch - Sapa de Hangan**

500 g Champignons  
600 g Fleischtomaten  
1 Zwiebel  
1 Chilischote  
3/4 l Fleischbrühe  
2 EL Öl  
Zitronensaft  
1 Bund Koriander oder glatte Petersilie  
Salz, schwarzer Pfeffer

Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Das Öl in einem Hirtentopf erhitzen und die Zwiebeln darin weich dünsten. Die Pilze putzen, evtl. kurz abbrausen und trockentupfen. Blättrig schneiden und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Zu den Zwiebeln geben und etwa 5 Min. mitdünsten.

Inzwischen die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, entkernen und dabei die Stielansätze entfernen. Das Fruchtfleisch hacken. Die Chilischoten halbieren, entkernen, waschen, hacken und mit den Tomaten in den Topf geben. Mit der Brühe aufgießen, salzen, pfeffern und etwa 15 Min. köcheln lassen.

Den Koriander oder die Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blättchen hacken. In die Suppe streuen.

## **Gulasch "Piroschka"**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

750 g gewürfeltes Gulaschfleisch vom Rind

350 g rote, grüne und gelbe Paprikaschoten, entkernt, in Streifen geschnitten

350 g feste Tomaten, abgezogen

6 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen, zerdrückt

1 EL Paprikapulver, edelsüß

1 TL Salz

1 TL schwarzer Pfeffer

1 Pr. Cayennepfeffer

1/4 l saure Sahne

Die Tomaten vierteln und mit den Paprikastreifen, den Zwiebeln und dem Knoblauch mischen. Alle Zutaten in den Gulaschtopf füllen und über dem Holzfeuer gut köcheln lassen.

## Soljanka

### Zutaten für 6 Portionen:

300 g Schweinefleisch  
300 g Rindfleisch  
4 EL Öl  
1 l Fleischbrühe  
3 Gewürzgurken  
2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
500 g passierte Tomaten  
1 rote Paprikaschote  
1 gelbe Paprikaschote  
1 grüne Paprikaschote  
Pfeffer  
Salz  
1 EL Paprika, mittelscharf  
1 Zitrone  
Petersilie  
Dill  
200 g Creme fraiche  
1 Flute (Baguette)  
100 g Kräuterbutter

Fleisch in feine Streifen schneiden, ca. 1 cm dick und 3-4 cm lang, Gewürzgurken in Würfel schneiden, Zwiebeln in Ringe schneiden, den Knoblauch fein hacken. Paprikaschoten in gleichgroße Streifen wie das Fleisch schneiden.

Das Fleisch in dem sehr heißen Öl über dem Holzfeuer im Gulaschkessel gut anbraten. Danach die Zwiebeln und den Knoblauch dazugeben, kurz mitbraten. Paprikastreifen und Gewürzgurken hinzufügen, alles vermischen und ca. 3-5 Minuten mitdünsten. Mit passierten Tomaten und Fleischbrühe auffüllen und in ca. 10 Minuten nur ganz leicht köcheln lassen, da sich sonst die Haut von der Paprikaschote löst. Mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen.

Die Zitrone entweder auspressen und den Saft zufügen und verrühren, oder die Zitrone in Scheiben geschnitten zugeben. Gehackten Dill und Petersilie drüberstreuen. Beim Servieren Creme fraiche dazu reichen, pro Teller ca. 1 Teelöffel voll.

Dazu reicht man Flute mit Kräuterbutter. Dafür schneidet man das Flute in Abständen von ca. 3 cm tief ein und legt in jeden Einschnitt eine etwa 1 cm dicke Scheibe Kräuterbutter. Bei 180 Grad im Backofen aufbacken, bis die Kräuterbutter zerlaufen ist. Warm zur Soljanka reichen.

## **Spezialitäten aus Idar-Oberstein**

## **Original Idar-Obersteiner Schwenkbraten**

### **Zutaten pro Person:**

350 Gramm Schweinekamm, 3-4 cm stark geschnitten  
2 Zwiebeln, zerkleinert, mit Pfeffer und Salz vorgewürzt  
Pfeffer, Salz

### **Vorbereitung:**

Den Schweinekamm in einer Glasschüssel beidseitig mit Pfeffer und Salz würzen, dann das Fleisch mit den Zwiebeln bedecken. Ein Tuch über die Glasschüssel legen und das Ganze an einem kühlen Ort mindesten 24 Stunden ziehen lassen.

### **Zubereitung:**

Trockene Buchenholzscheite, ca. 30 cm lang, mit einem Beil in feine Späne spalten, mehrere Zeitungsblätter nicht zu stark zerknüllen und in die Mitte der Feuerstelle legen, die Buchenholzspäne möglichst steil auf die Zeitung legen, dann die Zeitung anzünden.

Sobald die Späne gut angebrannt sind, etwas stärkere Späne möglichst steil gegeneinander über das Feuer stellen. Wenn diese gut angebrannt sind, etwas gröbere Scheite (maximale Schnittoberfläche 50 cm<sup>2</sup>) nachstellen. Sobald die groben Buchenholzscheite gut angebrannt und zusammengefallen sind, kann das Fleisch auf einen mit Speisefett vorgefetteten Grillrost gelegt werden.

Die Höhe des Grillrostes so einstellen, dass die Flammenspitzen ca. 5 cm unter dem Grillrost enden. Beide Seiten einmal kurz anbraten, danach den Schwenkbraten nur noch wenden, sobald sich auf der Oberseite etwas Bratensaft absetzt.

Achtung: Den Grillrost immer in Bewegung halten, etwas anstoßen und andrehen, damit der Rost hin und her pendelt und sich dreht. Die Drehbewegung egalisiert die ungleiche Hitzeverteilung über dem Holzfeuer.

Nach ca. 25 Minuten ist der Schwenkbraten gar und kann serviert werden. Wir empfehlen zum Schwenkbraten Rettichsalat, Quillkartoffeln und ein kühles Bier.

## Original Idar-Obersteiner Spießbraten

### Zutaten (für ca. 4 Personen):

1 kg ausgebeinter Schweinekamm  
Pfeffer  
Salz  
Zwiebeln

### Vorbereitung:

Den ausgebeinten Schweinekamm so zuschneiden, dass man ihn mit den Zwiebeln füllen kann. Das Schweinefleisch mit Pfeffer und Salz würzen, die Zwiebeln zerkleinern und in den Schweinekamm füllen. Danach das Ganze mit einer Wurstkordel zusammenbinden und ca. 24 Stunden an einem kühlen Ort ziehen lassen.

### Zubereitung:

Den Spießbraten ungefähr zentriert längs auf einen Spieß aufstecken und mit 2 Gabeln feststellen. In das Grillgerät einhängen und ca. 1,5 Stunden 2-3 cm vor der mit glühenden Buchenholzscheiten gefüllten Befeuerung drehen, bis der Braten schön knusprig und braun ist. Den Garzustand kann man auch mit dem von uns angebotenen Grillthermometer kontrollieren.

Während des Grillens tropft ein Teil des Bratensaftes ab. Bei dem von uns angebotenen Vertikalbräter kann man den Bratensaft in einer Saftschale auffangen. Als Beilage empfehlen wir Salat und Quellkartoffeln und ein kühles Bier. Die Quellkartoffeln schmecken am besten, wenn man sie in der Saftschale mit dem Bratensaft unter dem Spießbraten gart.



## **Krombierwurst**

### **Zutaten (für ca. 6 Personen):**

2 kg rohe Kartoffeln  
1 Pfund Zwiebeln  
1 Pfund Schweinebauch  
300 Gramm Rindfleisch  
300 Gramm Dörrfleisch  
Pfeffer, Salz  
Muskat  
Majoran  
Bohnenkraut

### **Zubereitung:**

Den Schweinebauch, das Rindfleisch und das Dörrfleisch kochen. Rohe Kartoffeln, rohe Zwiebeln, gekochten Schweinebauch, gekochtes Rindfleisch und gekochtes Dörrfleisch durch den Fleischwolf drehen.

Die Masse gut mischen und mit Pfeffer, Salz, Muskat, Majoran und Bohnenkraut würzen. Die vorgefertigte Kartoffelwurst in eine Eisenpfanne geben und im Holzbackofen bei ca. 200 Grad 2 Stunden lang garen.

Zur Kartoffelwurst empfehlen wir Sauerkraut und ein kühles Bier.

## **Maulwürfe**

### **Zutaten**

Pro Portion 500 g frischer Schweinekamm  
Salz, Pfeffer und Zwiebeln

### **Zubereitung**

Pfeffer, Salz und ca. 25 Gramm Zwiebelscheiben gut vermengen. In die Schweinekammstücke, ca. 500 gr. schwer, eine Tasche schneiden und die gewürzten Zwiebeln darin eindrücken. Dann das ganze verschließen und mit Wurstkordel wie einen Rollbraten verschnüren. Das Fleisch mit Pfeffer und Salz auch von außen würzen. Danach muss man die Maulwürfe an einem kühlen, dunklen Ort mindestens 24 Stunden ziehen lassen.

Die Maulwürfe grillt man am besten über halbhoher Buchenholzflamme. Die Garzeit beträgt ca. 45 Minuten.

## Schales aus der Eisenpfanne im Holzbackofen

### Zutaten (für 5 Personen):

2 kg Kartoffeln  
2 Stangen Lauch  
Salz, Pfeffer  
1 Ei  
250 Gramm Dürffleisch

### Zubereitung:

Die rohen Kartoffeln reiben und fest ausdrücken. Das Ei und den feingehackten Lauch untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dürffleisch in kleine Würfel schneiden und in der Eisenpfanne auslassen. Die Kartoffelmasse einfüllen. Die Pfanne in den Holzbackofen schieben. Schales backt man 2 Stunden bei ca. 200 Grad.



## Spanferkel auf dem Grill

### Zutaten (Rezept für 20 Personen):

- 1 Spanferkel 20 kg
  - 1 Bund Petersilie
  - 1 große Zwiebel
  - 2 Knoblauchzehen
  - 10 EL Öl
  - 6 EL Zitronensaft
  - 5 EL Honig
  - 3 EL Sojasoße
  - 1 TL getrockneter Thymian
  - 1 TL Majoran
  - 1 TL Rosmarin
  - 1 TL Salz
  - 1 TL weißer Pfeffer
  - 1/4 Liter Öl
  - 1/4 Liter Bier
- Außerdem Holzkohle oder Holz sowie etwas Alufolie



### Zubereitung:

Die Haut des Spanferkels ca. 24 Stunden vor dem Grillen gut trockenreiben, dann die Schwarte so einschneiden, dass ca. 5x5cm große Quadrate entstehen. Die Zwiebel, Knoblauchzehen und Petersilie gut zerkleinern und mit den restlichen Zutaten vermengen, dann das Spanferkel damit bestreichen.

Vor dem Grillen das Spanferkel in einem kühlen dunklen Raum ca. 24 Stunden ziehen lassen.

Die Füße, die Ohren und den Schwanz mit Alufolie umwickeln. Dann das Ferkel auf den Grillspieß aufstecken und die Gabeln justieren. Die Befeuerung mit Holz oder Holzkohle befüllen und anzünden.

Nach ungefähr 20 Minuten kann man das Ferkel in den Grill Spanferkelgrill einhängen. Den Grillmotor einschalten und das Spanferkel von Zeit zu Zeit auf dem Grill mit Bier und Honig bestreichen. Die Garzeit auf dem Grill beträgt ca. 4-5 Stunden. Als Beilage empfehlen wir einen grünen Salat und Salzkartoffeln.

**Lamm**

## **Döner Kebab**

### **Zutaten für ca. 8 Portionen:**

2 kg Lammfleisch

Zwiebelsaft

Öl

Salz

Pfeffer

Von 2 kg Lammfleisch werden 600g als Hackfleisch zubereitet. Das übrige Fleisch wird von Sehnen befreit und mit einem scharfen Messer in Scheiben geschnitten. Diese Scheiben werden über Nacht in der Marinade aus Zwiebelsaft, Pfeffer, Salz und Öl gelegt.

Am nächsten Tag werden die Fleischscheiben auf dem Spieß dicht aufeinander gesteckt. Zwischen die Scheiben wird das Hackfleisch gefüllt, damit beim rotierenden Grillen die Einzelteile zu einem großen Stück zusammenbacken. Bevor man mit dem Grillen anfängt, muss man die zu weit herausstehenden Fleischteilchen abschneiden und oben wieder aufreihen. Das Grillgut muss wie eine Rübe geformt werden.

Dann den Spieß mit dem Grillgut senkrecht in die Motorhalterung stecken. Der Abstand zum Wärmeerzeuger sollte ca. 2 – 5 cm betragen. Nach ca. 4-7 Minuten die fertig gegrillte Oberfläche mit einem langen, scharfen Messer von oben nach unten abschneiden bzw. abschälen, so dass die rohe Oberfläche zum Vorschein kommt und gebraten wird. Der fettige Fleischsaft, welcher sich unter dem Kebab ansammelt, wird beim Servieren als Soße verwendet.

Als Beilagen eignen sich Tsatsiki und Reis.

Für die Zubereitung zu Hause benötigen Sie einen speziellen Kebabgrill.

## **Frikadellen am Grillspieß**

### **Zutaten:**

500 g gehacktes Lammfleisch

2 Eier

1 TL Knoblauchsatz

Saft einer Zwiebel

1/2 TL Thymian

Salz und Pfeffer

Olivenöl

Alle Zutaten gut durchkneten und pflaumengroße Fleischbällchen formen. Die Bällchen auf einen Spieß ziehen (ca. 6 Stück pro Spieß), mit Olivenöl bepinseln und unter ständigem Drehen ca. 6 Minuten grillen.

## **Gegrillte Beinscheiben**

### **Zutaten:**

- 1,2 kg untere Lammkeule mit Röhrenknochen (in 3 cm dicke Scheiben schneiden)
- 6 EL Olivenöl
- 3 EL Zitronensaft
- 1 TL Majoran
- 1/2 TL schwarzer Pfeffer
- 6 Tropfen Tabasco
- 2 TL Salz
- 1 Bund Frühlingszwiebeln mit Grün

Lammfleisch möglichst am Vortag, mindestens aber eine Stunde vor dem Grillen in eine Marinade legen. Dafür Olivenöl, Zitronensaft, Majoran, Pfeffer und Tabasco verquirlen und die Beinscheiben kräftig damit einreiben. Scheiben fest übereinander legen, in Alufolie packen und gekühlt durchziehen lassen.

Vor dem Grillen auspacken, abtrocknen und auf den eingefetteten Rost legen. Etwa 12 Min. grillen, dabei öfter wenden und mit der Marinade aus der Alufolie bepinseln. Erst zum Schluss salzen. Rechtzeitig vorher Zwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Beim Anrichten über das Fleisch streuen.



## **Lammkarree vom Rost**

### **Zutaten:**

1 kg Lammkarree

250 g Zwiebeln in Scheiben

Salz, Pfeffer, Öl

Lammfleisch in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, mit Öl bepinseln, die Zwiebelscheiben drauflegen, dann für mehrere Stunden in Kühlschrank stellen. Auf dem heißen Rost beidseitig schön rot grillen.

## **Marinierte Lammkeule**

### **Zutaten für 8 Portionen:**

8 Scheiben Lammfleisch á 100 aus der Keule

2 EL Öl

1/8 l trockener Weißwein

1 EL bunter Pfeffer

Salz

Je 1 TL getrockneter Salbei, Rosmarin, Thymian

Wein in eine Schüssel geben, Gewürze und Kräuter zufügen. Die Lammscheiben ca. 2-3 Stunden darin einlegen. Trockentupfen, mit Öl bestreichen und auf dem vorgeheizten Grill ca. 4-5 Minuten von jeder Seite auf dem Holzkohlegrill grillen.

## **Schisch Kebab (Şiş Kebap)**

### **Zutaten für ca. 4 Portionen:**

1 kg Lammfleisch  
1 Zwiebel  
1 EL Olivenöl  
1 EL Milch  
Salz  
Pfeffer

Für die Marinade Olivenöl, Milch, Zwiebelsaft, Salz und Pfeffer gut mischen. Das Fleisch in dieser Marinade leicht kneten und für eine Nacht in Kühlschrank ziehen lassen. Fleisch abwechselnd mit Tomatenstücken und Paprika auf einen Spieß stecken und auf Holzkohlenfeuer beidseitig grillen.

## **Souvlaki (Marinierte Lammfleischspießchen)**

### **Zutaten:**

500 g magere Lammkeule ohne Knochen

Salz

1 TL Oregano

1 TL Pfeffer

1 TL Paprika edelsüß

1 TL Piment, gemahlen

2 EL Öl

Fleisch in etwa zwei Zentimeter große Würfel schneiden. In einer Schüssel mit den Gewürzen und dem Öl gründlich vermischen. Mindestens 30 Minuten zugedeckt in den Kühlschrank stellen.

Die Fleischwürfel auf Spieße ziehen und auf dem Holzkohlegrill von jeder Seite vier bis fünf Minuten grillen. Dazu: einen Salat und Brot.

## **Zeuskoteletts**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

8 Lammkoteletts  
2 EL Honig  
3 EL Kotelettwürze  
1 Paprikaschote, rot  
3 Tomaten  
1 kleine Salatgurke  
150 g Schafskäse  
1 Zwiebel  
4 EL Öl  
2 EL Essig  
Jodsalz  
2 Prisen schwarzer, grober Pfeffer  
1/2 TL Knoblauch-Würzpaste  
2 EL Tsatsiki-Kräuter  
200 ml Joghurt

Lammkoteletts mit Honig bestreichen und mit Kotelettwürze einreiben. Ca. 15-20 Minuten auf dem Rost grillen.

Für den Salat Paprikaschote putzen und waschen, Tomaten und Gurken waschen. Paprika in Rauten schneiden, die Gurke halbieren und in Scheiben schneiden. Tomaten achteln, Schafskäse würfeln. Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden.

Für die Salatsauce Öl, Essig, Salz, Pfeffer und Knoblauch-Würzpaste verrühren. Über den Salat gießen und zu den Lammkoteletts servieren.

## **Marinade, Soßen, Grillwürze, Dips**

## **Apfel-Zwiebel-Sauce**

### **Zutaten:**

- 1 Apfel
- 2 EL Zitronensaft
- 3 kleine Zwiebeln
- 4 EL Rapsöl, Salz, Zucker

### **Zubereitung:**

Apfel schälen, entkernen, raspeln und mit Zitronensaft beträufeln. Zwiebeln schälen, fein würfeln, zu den Apfelraspeln geben und mit dem Öl vermengen. Mit Salz und Zucker abschmecken.

Passt gut zu Schwein und Rind.

## **Barbecuesauce mit Kirschen und Ancho-Chillies**

### **Zutaten:**

1 1/4 Tasse Apfelessig  
3/4 Tasse Ketchup  
3/4 Tasse gehackte Zwiebeln  
3/4 Tasse getrocknete Sauerkirschen  
1/3 Tasse brauner Zucker  
1/4 Tasse Wasser  
3 EL Melasse, hell (oder Sirup)  
30 g getrocknete Ancho-Chillies, entstielt, entkernt  
2 Knoblauchzehen  
1 TL Koriander, gemahlen  
1 Prise Nelkenpulver

### **Zubereitung:**

Alle Zutaten in einem mittleren Topf verrühren und zum Kochen bringen. Ca. 20 Minuten auf mittlerer Hitze köcheln, bis die Kirschen und Chilis weich sind, dann portionsweise im Mixer pürieren, wieder in den Topf geben und kochen lassen, bis noch ca. 750 ml übrig sind und die Soße sich verdickt hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Verwendung:**

Hähnerteile (z.B. Wings) salzen, pfeffern, auf dem Grill knapp gar grillen, dann mit der Sauce bepinseln, unter Wenden und regelmäßigem Bepinseln noch einige Minuten weitergrillen, mit restlicher Sauce servieren. Reicht für ca. 3 Pfund Hähnchenflügel.



## **Grill-Marinaden: Biermarinade, Honigmarinade, Orangenmarinade, Rotweinmarinade, Sherrymarinade**

Die Möglichkeiten, Grillfleisch zu marinieren sind vielfältig, ob nun deftig, mediterran oder exotisch. Man sollte dabei vor allem nach den eigenen Vorlieben entscheiden und ruhig ein bisschen probieren. Was Sie immer brauchen ist eine Basis. Dafür sind Öl, Rotwein, Bier oder Sherry besonders geeignet, weil dadurch gleichzeitig das Fleisch zarter wird. Zum Würzen können Sie neben Kräutern und Gewürzen auch Fruchtsaft, Sojasauce, Senf, Zwiebeln oder Knoblauch verwenden. Das Fleisch sollte komplett von der Marinade umhüllt sein und mehrere Stunden zugedeckt im Kühlschrank ziehen. Zu Fisch und Gemüse passen am besten Kräuter-Öl-Marinaden.

### **Biermarinade**

½ Flasche Pilsner Bier  
4 EL Öl  
1 EL Senf  
1 in Ringe geschnittene Zwiebel  
1 Lorbeerblatt  
6 Wacholderbeeren  
10 Pfefferkörner

### **Honigmarinade**

3 EL flüssiger Honig  
2 EL Sesamöl  
2 EL Sojasauce  
1 EL Zitronensaft  
1 TL fein geriebener Ingwer  
1 durchgepresste Knoblauchzehe  
1 EL Sesamsaat

### **Orangenmarinade**

4 EL Öl 4 EL Orangensaft  
4 EL Ketchup  
2 EL Weinessig  
1 EL Worcestersauce  
1 feingehackte Zwiebel  
½ TL Oregano  
1 Spritzer Tabasco

### **Rotweinmarinade**

6 EL Olivenöl  
4 EL trockener Rotwein  
2 EL Zitronensaft  
1 EL Senf  
1 EL feingehackte Petersilie  
2 durchgepresste Knoblauchzehen  
1 TL Oregano  
1 TL Thymian  
1 TL Rosmarin  
½ TL Pfeffer

### **Sherrymarinade**

¼ Liter Öl

2 EL Sherry

1 in Ringe geschnittene Zwiebel

1 durchgepresste Knoblauchzehe

1 TL Majoran

Frisch gemahlener Pfeffer

## **Gewürzsalz pikant**

### **Zutaten:**

150 g grobes Salz  
25 g Paprika, edelsüß  
3 g Salbei  
6 g Thymian  
12 g schwarzer Pfeffer  
3 g Knoblauchpulver  
6 g Zwiebelpulver  
6 g Selleriesalz  
3 g Piment

### **Zubereitung:**

Alles gut mischen und trocken lagern.

## **Grillwürze**

### **Zutaten:**

500 g Zwiebeln  
2 EL Salz  
2 EL grober Pfeffer, weiß und schwarz  
1 EL Wacholderbeeren  
2 Lorbeerblätter  
6 Nelken  
2 Zweige Rosmarin  
2 Zweige Thymian  
700 ml Weißwein  
4 EL Weinessig

### **Zubereitung:**

Die feingehackten Zwiebeln mit allen Gewürzen zugedeckt 1 Stunde ziehen lassen. Dann Wein und Essig dazugeben, gut verrühren und 3 Tage kühl stellen.

Dann alles durch ein Tuch filtern und dabei die Zwiebeln und Gewürze gut auspressen. In dunkle Flaschen füllen, verkorken und kühl aufbewahren.

Tropfen Sie diesen Saft beim Grillen auf das Fleisch. Sie können auch Suppen und Saucen damit würzen.

## Grillwürze Cajun

### Zutaten:

4 Chilischoten (getrocknet)  
1 TL Knoblauchgranulat  
1/2 TL Zimtpulver  
1 EL Pfefferkörner  
5 Pimentkörner  
1 EL Senfkörner  
1 TL Salz  
1 EL Zucker  
1 TL Thymian (frische Blättchen)  
1/2 TL Salbei (getrocknet zerrieben)  
4 EL Olivenöl  
200 ml Southern Comfort  
2 EL Rohrzucker  
2 EL Rübensirup  
1 EL Dijon-Senf

### Zubereitung:

Gewürzkörner im Mörser fein zerstoßen und mit den übrigen Zutaten vermischen, dann die Fleischstücke damit einreiben. Vor dem Grillen einige Stunden ziehen lassen.

## **Oliven-Weinmarinade (für Fisch und Geflügel)**

1 Tasse (250ml) Olivenöl  
2 1/2 Tasse (250ml) trockener Weißwein  
4 Limetten in 5 mm dicken Scheiben  
2 rote Zwiebeln in 5 mm dicken Scheiben  
2 grüne Pfefferschoten  
20 Nelken  
8 Zweige Koriandergrün, grob gehackt

Die flüssigen Zutaten vermischen, die übrigen Zutaten zugeben und 1 Tag bedeckt im Kühlschrank ziehen lassen.

Geflügelteile 30 bis 60 Minuten darin ziehen lassen, Fisch nicht länger als 10 Minuten. Während des Grillens mit der Marinade begießen.

Fertig Gegrilltes mit den Limetten und Zwiebelscheiben garnieren und servieren.

## **Preiselbeerdip**

### **Zutaten:**

1 Becher Sauerrahm  
1 EL Preiselbeeren  
1 TL Zitronensaft  
Salz, Pfeffer

### **Zubereitung:**

Sauerrahm, Preiselbeeren und Zitronensaft verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Passt gut zu Geflügel.

## **Senf-Dill-Soße**

### **Zutaten:**

100 g Sauerrahm

1 EL Senf

1 Becher Crème fraîche

(eventuell 1 TL Gin)

4 EL feingehackter Dill

Salz, Pfeffer aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Sauerrahm mit Senf, Crème fraîche und feingehackten Dillspitzen vermengen, etwas Gin unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Passt gut zu Grillbratwürstchen, Geflügel und Fisch.



## **Tomaten-Chili-Salsa**

### **Zutaten:**

500 g vollreife Tomaten  
6 Frühlingszwiebeln  
3 rote Chilischoten  
1/2 Bund Koriandergrün  
1 Limette  
75 ml helles Bier  
Salz  
Zucker

### **Zubereitung:**

1. Die Tomaten waschen, den Stielansatz keilförmig herausschneiden und das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen und nur das Weiße und Hellgrüne in 1/2 cm dicke Ringe schneiden. Die Chilischoten längs halbieren, entkernen und fein hacken. Korianderblätter abzupfen und ebenfalls hacken, Limetten auspressen.
2. Alle vorbereiteten Zutaten mit Bier mischen und mit Salz und 1 Prise Zucker würzen. Vor dem Servieren mindestens 30 Minuten kalt stellen.

**Rind**

## **American Barbecue**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

4 Maiskolben  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 Ingwerstück  
100 g Tomatenketchup  
1 El. Essig  
Einige Spritzer Worcestersoße  
50 g Honig  
2 TL Senf, scharf  
650 g kleine Spareribs  
4 T-Bone-Steaks (je ca. 350 g)  
100 g Marshmallows  
40 g weiche Butter oder Margarine  
Grob gemahlener bunter Pfeffer  
Holzspieße

### **Zubereitung:**

Maiskolben etwa 15 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Für die Sauce geschälte Zwiebel, Knoblauch und Ingwer fein würfeln. Mit Ketchup, Essig, Worcestersoße, Honig und Senf verrühren. Würzig abschmecken.

Marshmallows auf Holzspieße stecken. Mais, Rippchen (immer wieder mit Sauce bestreichen), Steaks und Marshmallows auf dem Grill legen. Mais mehrmals mit Fett bestreichen und salzen. Steaks mit Salz und buntem Pfeffer würzen.

## Bugalbi

### Zutaten für 4 Portionen:

2 kg kurze Rippen vom Rind  
125 ml Sojasoße  
125 ml Wasser  
4 EL fein gehackte Frühlingszwiebeln  
2 TL fein gehackter Knoblauch  
1 TL fein gehackter Ingwer  
1 EL Zucker  
1/2 TL schwarzer Pfeffer, gemahlen  
2 EL Sesamsaat

### Zubereitung:

Bitte den Metzger die Rippen in Würfel von ca. 5 cm Kantenlänge zuschneiden lassen. Diese Stücke in einem Quadratmuster tief einschneiden.

Übrige Zutaten vermengen, gründlich mit den Rippchen mischen. Am besten über Nacht durchziehen lassen, mindestens aber 4 Stunden.

Schon etwa 1 Stunde vor dem Braten einen Grill mit einer Blechhaube abdecken, damit die Kohle die nötige Glut entwickeln kann, die zum erfolgreichen Grillen unbedingt nötig ist. Beim Grillen die Fleischstücke häufig wenden und von allen Seiten knusprig braun braten.

## **Grill-Schaschlik**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

150 g Rinderfilet  
150 g Schweinefilet  
150 g mageres Lammfleisch  
150 g Kalbsleber  
75 g durchwachsener Speck  
1 Tomate  
1 Zwiebel  
60 g Grillbutter

### **Zubereitung:**

Rinder- und Schweinefilet, Lammfleisch und Kalbsleber in mundgerechte kleine Stücke schneiden. Den Speck in Scheibchen zerteilen. Die Tomate und die geschälte Zwiebel achteln.

Vorbereitete Zutaten abwechselnd auf Holz- oder Metallspieße stecken. Die Grillbutter in einer Grillpfanne erhitzen, die Spieße hineingeben und bei mittlerer Hitze von allen Seiten bräunen lassen, dabei immer wieder mit der Grillbutter beträufeln. Die fertigen Schaschliks bei Bedarf leicht salzen.

Dazu passt körniger Reis oder bunt gemischter Salat. Getränke: kühles Bier.

## **Grillrind spezial**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

400 Gramm Rinderhack  
4 dünne Roastbeefscheiben  
4 Ochsensteaks aus der Hüfte (je ca. 150 g)  
4 Schinkenspeck-Scheiben  
2 Zwiebeln  
1 Ei  
100 Gramm Champignons  
1 rote Paprikaschote  
1 gelbe Paprikaschote  
1 grüne Paprikaschote  
Salbeiblätter  
Öl  
Salz  
Pfeffer  
Thymian  
Oregano

### **Zubereitung:**

Das Rinderhack mit einem Ei, Salz und Pfeffer verkneten, zu kleinen Hackbällchen formen und zusammen mit den Champignons und Paprikastückchen auf einen Grillspieß stecken.

Die Roastbeef-Scheiben mit je einer Scheibe Schinkenspeck und einer Zwiebel-Kräuter-Mischung belegen, zu einer Roulade zusammenrollen und mit einem Holzspießchen feststecken.

Vor dem Grillen mit etwas Öl bestreichen. Zusammen mit den Ochsensteaks ca. 10-15 Minuten von allen Seiten grillen. Nach dem Grillen mit Salz und Pfeffer würzen.

## **Grillspieß mit Mandelbroccoli**

### **Zutaten für 2 Portionen:**

120 g Rinderfilet (2 Scheiben)  
120 g Schweinefilet (2 Scheiben)  
120 g Kalbsfilet (2 Scheiben)  
6 Champignons  
100 g Paprikastücke  
1 TL Butterschmalz  
350 g Broccoli  
1 EL Butter  
1 EL gehobelte Mandeln  
Jodsalz  
Pfeffer aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Filets kurz andrücken, mit Jodsalz und Pfeffer würzen, abwechselnd mit blanchierten Champignons und verschiedenfarbigen Paprikastücken auf einen Spieß stecken, in heißem Butterschmalz braten. Broccoliröschen in wenig Brühe zugedeckt auf den Biss dünsten.

Butter kurz erhitzen, die Mandeln darin goldgelb angehen lassen, abgetropften Broccoli dazu, mit Jodsalz und weißem Pfeffer würzen.

Als Beilage Kartoffelplätzchen, hergestellt aus Kartoffelmasse, versetzt mit etwas ausgelassenem Speck und gehackten Kräutern. Abgeschmeckt wird die Kartoffelmasse mit Muskat und Jodsalz.

## **Krombierwurst**

### **Zutaten (für ca. 6 Personen):**

2 kg rohe Kartoffeln  
1 Pfund Zwiebeln  
1 Pfund Schweinebauch  
300 Gramm Rindfleisch  
300 Gramm Dörrfleisch  
Pfeffer, Salz  
Muskat  
Majoran  
Bohnenkraut

### **Zubereitung:**

Den Schweinebauch, das Rindfleisch und das Dörrfleisch kochen. Rohe Kartoffeln, rohe Zwiebeln, gekochten Schweinebauch, gekochtes Rindfleisch und gekochtes Dörrfleisch durch den Fleischwolf drehen.

Die Masse gut mischen und mit Pfeffer, Salz, Muskat, Majoran und Bohnenkraut würzen. Die vorgefertigte Kartoffelwurst in eine Eisenpfanne geben und im Holzbackofen bei ca. 200 Grad 2 Stunden lang garen.

Zur Kartoffelwurst empfehlen wir Sauerkraut und ein kühles Bier.



## Mexikanisches Hacksteak

### Zutaten für die Soße:

1 Chilischote  
1 Knoblauchzehe  
½ Bund Petersilie  
½ Zwiebel  
Essig  
Olivenöl  
Salz



### Zutaten für die Hacksteaks:

500 g gemischtes Hackfleisch  
1 Eigelb  
Paniermehl  
Pfeffer  
Steak und Grillbutter  
Taccos

### Zubereitung:

Chilischoten längs halbieren, putzen, waschen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischoten, Knoblauch, Petersilie, Zwiebel, Essig, Olivenöl und Salz zu einer Soße vermischen. Das Hackfleisch mit Eigelb und Paniermehl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Hackfleischmasse Hacksteaks formen.

Hacksteaks auf dem heißen Grillrost von beiden Seiten gleichmäßig grillen. Das Hacksteak auf einem Teller mit Grillbutter anrichten. Die Soße nach Wunsch in Taccos füllen und zu den Hacksteaks servieren.

## **Rindfleischgrillpizza**

### **Zutaten für 6 Portionen:**

500 g Rindsgehacktes

1/2 Tasse grüne Paprikaschote, gehackt

1 EL Senf

2 EL Worcestershire-Soße

1/4 Tasse feingehackte Zwiebeln ODER 1 EL gehackte Zwiebeln (Instant)

1/2 Tasse Ketchup

1 1/2 Tassen Cheddar- oder American-Käse, grob geraspelt

Paprikapulver und Petersilie als Würze nach Geschmack

### **Zubereitung:**

Pizzaboden aus Hefeteig nach Grundrezept vorbereiten.

In einer großen Pfanne das Gehackte mit dem Paprika anbräunen, abtropfen lassen. Nun werden die übrigen Zutaten, bis auf die knappe Hälfte des Käses, untergemischt.

Die Masse wird dann auf dem Teig verteilt und bei 220°C ca. 18-28 Min. oder bis goldbraun gebacken. Der restliche Käse wird daraufgestreut und die Pizza nochmals in den Ofen geschoben, bis der Käse geschmolzen ist. Abschließend kann man Paprikapulver und gehackte Petersilie drüberstreuen.

# Schwein

## **Bifteki**

### **Zutaten für ca. 4 Portionen:**

600 Gramm Schweinehackfleisch  
3/4 Tasse (250ml) feingehackte Zwiebeln  
2 EL fein gebröselter Zwieback  
1 EL feiner Gries  
1 Ei  
1 kleine Tomate  
1 EL Oregano  
2 EL geriebener Kefalotiri (griechischer Hartkäse)  
4 EL Öl  
Bier

### **Zubereitung:**

In einer Schüssel mischt man das Hackfleisch mit den restlichen Zutaten. Das Ganze wird gut geknetet, wobei man öfters die Hände mit Bier beträufelt. Dann die Masse zudecken und 3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen, danach zu kleinen Würsten (daumendick und daumenlang) formen, einölen und auf beiden Seiten ca. 8 Minuten grillen.

Dazu empfehlen wir Tzatsiki (aber bitte mit Knoblauch) und Reis.

## **Buletten**

### **Zutaten für 2 Portionen:**

500 g Schweinehackfleisch

Salz, Pfeffer, Thymian

1 Ei

Etwas Paniermehl

1 Zwiebel

Etwas Butter

### **Zubereitung:**

Zuerst würzen Sie das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und etwas Thymian. Schneiden Sie die Zwiebel in kleine Würfel und geben sie zum Hackfleisch. Nun geben Sie das Ei und etwas Paniermehl zum Hackfleisch und kneten alles gut durch.

Um eine schöne Form zu bekommen nehmen Sie eine kleine Menge Hackfleisch und drehen sie in der Hand zu einer Kugel. Diese drücken Sie dann platt. Grillen Sie die Buletten von beiden Seiten gut durch.

## **Bunte Spieße**

### **Zutaten:**

250 g Nieren  
250 g Leber  
1/4 l Rotwein  
2 Zwiebeln  
2 Tomaten  
1 Delikatessgurke  
Salz, Pfeffer, Öl

### **Zubereitung:**

Die Nieren halbieren, gründlich säubern und in größere Würfel schneiden. Die Leber häuten und ebenfalls würfeln. Beides etwa 30 Minuten in Rotwein legen, dann gut abtropfen lassen. Zusammen mit Zwiebel- und Tomatenvierteln sowie Gurkenscheiben auf Spieße reihen. Alles mit Öl bepinseln, mit Pfeffer würzen und grillen. Erst dann salzen. Nach Belieben können auch noch Speckscheiben dazwischen aufgespießt werden.

## Elsässer Flammkuchen

### Zutaten (für 1 Flammkuchen):

#### Teig:

100 Gramm Mehl  
Einen Viertel Teelöffel Salz  
Einen halben Teelöffel Backpulver  
50 Gramm Speisequark  
2 Esslöffel Milch  
6 Esslöffel Öl  
2 Esslöffel Olivenöl

#### Belag:

1 große Zwiebel  
100 Gramm Champignons  
1 Teelöffel Butter  
40 Gramm Creme Fraiche  
40 Gramm Saure Sahne  
30 Gramm Rauchschinken in feinen Streifen  
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

#### Zubereitung:

Das Mehl in eine Schüssel sieben, mit Salz und Backpulver mischen. Die restlichen Zutaten dazugeben und verkneten, bis der Teig glatt und geschmeidig ist. Den Teig möglichst dünn ausrollen und in ein Pizzablech einlegen. Zwiebeln in Halbringe, Pilze in Scheiben schneiden.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Pilze darin andünsten, dann abkühlen lassen.

Creme Fraiche, saure Sahne und Eier verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Dann den Schinken auf dem Teig verteilen, die Zwiebel-Pilz-Mischung darübergeben und mit der Creme Fraiche-Masse übergießen. Nach einer Backzeit von ca. 10 Minuten im Holzbackofen ist der Flammkuchen servierbereit.

Zum Flammkuchen empfehlen wir Federweißen oder Elsässer Rotwein.



## **Feurige ungarische Schnitzel**

### **Zutaten:**

600 g Schweinekotelett  
Salz, Pfeffer, Gewürzpaprika, Öl  
3-4 zerdrückte Knoblauchzehen  
2 TL Butter  
100 ml Aprikosenschnaps

### **Zubereitung:**

Filet in Scheiben schneiden, klopfen, salzen, pfeffern, mit Paprika und Knoblauch würzen und dünn mit Öl überziehen, dann für mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank legen. Beidseitig grillen. In der Flambierpfanne Öl erhitzen, die Schnitzel darin kurz nachbraten, mit Aprikosenschnaps übergießen und anzünden.



## **Flambierte Filetspieße**

### **Zutaten:**

400 g Schweinefilet

Salz, Pfeffer, Öl

2 TL Butter

8 cl Weinbrand

### **Zubereitung:**

Filet in 1 cm dicke Scheiben schneiden, salzen, pfeffern, auf Spieße reihen, mit Öl bepinseln, dann beidseitig grillen. In der Flambierpfanne die Butter erhitzen, die Steaks darin kurz nachbraten, mit Weinbrand übergießen und anzünden.

## **Folienmedaillons nach ungarischer Art**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

400 g Jungmedaillons  
1 große Zwiebel  
Salz, Pfeffer, Öl, Paprika  
100 g Räucherspeck  
8x50 cm Alufolie

### **Zubereitung:**

Räucherspeck in kleine Würfel, Zwiebeln in Ringe, Jungmedaillons in dünne Scheiben schneiden, leicht klopfen, salzen, pfeffern, mit Paprika bestreuen.

Alufolie falten (so bekommt man Pakete mit Doppelschicht) dann mit Öl bepinseln. Die Medaillons auf der Folie verteilen, darauf die Zwiebelringe und die Speckwürfel. Die Pakete lose, aber luftdicht schließen, dann noch einmal in Alufolie wickeln und in nicht zu starke Glut legen. Die Pakete nach 5 Minuten wenden und wieder 5 Minuten grillen. Auf Holztellern servieren.

## **Gegrillter Bauch**

### **Zutaten**

Pro Portion, 300 g frischer Schweinebauch inkl. Schwarte  
Salz, Pfeffer und Zwiebeln

### **Zubereitung**

Den Schweinebauch in 2 cm starke Scheiben schneiden. Die Schwarte im Abstand von ca. 2 cm einritzen. Das Fleisch kräftig mit Pfeffer und Salz würzen.

Die Zwiebeln in Ringe schneiden und das Fleisch damit belegen. Die Schweinebauchscheiben mit den Zwiebeln in eine Schüssel geben und an einem kühlen, dunklen Ort ca. 24 Stunden ziehen lassen.

Der Schweinebauch grillt sich am besten über einem Holzfeuer. Die Flammenspitzen können ruhig bis an die Unterseite des Grillrostes züngeln. Voraussetzung ist natürlich, dass der Grillrost immer gedreht wird.

## **Gemischte Grillspieße**

### **Zutaten und Zubereitung:**

500 - 600 g Grillfleisch vom Schwein würfeln und mit Grillgewürzen, Salz und Pfeffer würzen. 200 g Speck würfeln, rote, grüne, gelbe Paprika, Zucchini, Tomaten und Zwiebeln ebenfalls in Stücke schneiden.

Fleisch-, Speck- und Gemüsestücke abwechselnd auf die Grillspieße stecken, dann auf dem Holzkohlegrill ca. 5 Minuten auf beiden Seiten garen.

## Grillhaxe

### Zutaten

Pro Portion eine vorgegarte Grillhaxe, ca. 800 Gramm schwer, 1 Zwiebel, Olivenöl

### Zubereitung

Den Knochen aus der Grillhaxe entbeinen. In die entstandene Öffnung die geschnittene Zwiebel füllen. Dann die Öffnung verschließen, damit die Zwiebeln nicht herausfallen. Jetzt die Haxe auch von außen mit Pfeffer und Salz würzen und mit Öl bepinseln. An einem kühlen, dunklen Ort ca. 24 Stunden ziehen lassen.

Die Haxe über dem offenen Holzfeuer ca. 20 Minuten grillen. Da die Haxe schon vorgegart ist, kommt es nur darauf an, dass sich außen eine schöne Kruste bildet und das Fleisch durch und durch erhitzt wird.



## **Grillrippchen mit Knoblauch**

### **Zutaten für 1 Portion:**

500 -700g Schälrippchen vom Metzger

Salz

Pfeffer

Paprika

1/2 Knolle Knoblauch

Öl

### **Zubereitung:**

Man würze die Schälrippchen mit Salz, Pfeffer und ein wenig Paprika. Den Knoblauch durch eine Presse drücken, auf den Schälrippchen verteilen und etwas einreiben. Die Schälrippchen dann mit ein wenig Öl begießen und 12 Stunden einziehen lassen. Nun auf den Grill mit den Rippchen.

## **Grillspieß mit Mandelbroccoli**

### **Zutaten für 2 Portionen:**

120 g Rinderfilet (2 Scheiben)  
120 g Schweinefilet (2 Scheiben)  
120 g Kalbsfilet (2 Scheiben)  
6 Champignons  
100 g Paprikastücke  
1 TL Butterschmalz  
350 g Broccoli  
1 EL Butter  
1 EL gehobelte Mandeln  
Jodsalz  
Pfeffer aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Filets kurz andrücken, mit Jodsalz und Pfeffer würzen, abwechselnd mit blanchierten Champignons und verschiedenfarbigen Paprikastücken auf einen Spieß stecken, in heißem Butterschmalz braten. Broccoliröschen in wenig Brühe zugedeckt auf den Biss dünsten.

Butter kurz erhitzen, die Mandeln darin goldgelb angehen lassen, abgetropften Broccoli dazu, mit Jodsalz und weißem Pfeffer würzen.

Als Beilage Kartoffelplätzchen, hergestellt aus Kartoffelmasse, versetzt mit etwas ausgelassenem Speck und gehackten Kräutern. Abgeschmeckt wird die Kartoffelmasse mit Muskat und Jodsalz.

## **Gyros, Döner Kebab vom Schwein**

### **Zutaten für 10 Portionen:**

2,5 kg Schweinefleisch ( Schnitzfleisch)  
2 Bund frischer Thymian  
2 EL Rosmarinnadeln  
2 Bund Bohnenkraut  
1 EL Salz  
1 TL Cayennepfeffer  
5 Knoblauchzehen  
1/8 l Öl  
1 Zwiebel  
100 g Schinken

### **Zubereitung:**

Das Schnitzfleisch am Vortag in ca. 5 mm dünne Scheiben schneiden und in eine große Schüssel legen.

Die Thymianblätter von den Stielen streifen, die Rosmarinnadeln hacken, Bohnenkraut waschen, gut trocknen, Blätter von den Stielen zupfen und ebenfalls hacken. Kräuter mit Salz, Cayennepfeffer, den durchgepressten Knoblauchzehen und dem Öl vermengen. Die Würzmischung über das Fleisch gießen und gründlich untermischen, dann zugedeckt über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

### **Stecken des Spießes:**

Der Spieß wird zum einfacheren Stecken auf den Rand eines Bechers oder eines Kruges gesetzt. Die einzelnen Fleischscheiben werden in der Mitte aufgesteckt und mit den Händen rundgeformt. Überstehende Teile werden nach innen eingeschlagen. Alle 3 Schichten eine Scheibe Schinken dazwischenstecken. Der gesteckte Spieß soll auch wieder mehrere Stunden durchziehen.

Der verarbeitete Spieß wird auf den Gyros-Grill gesteckt und der Grill eingeschaltet. Nach ca. 30 Minuten kann mit dem senkrechten Abschneiden begonnen werden. Alle 5 Minuten kann die gebräunte Oberfläche zum Servieren neu abgeschnitten werden.

Duftet dieses Kräuterfleisch nicht traumhaft nach griechischem Meer, Sommernächten und Ferien?



## **Hackfleischbälle**

### **Zutaten:**

600 g Gehacktes  
3 EL Öl  
3-4 EL Semmelbrösel  
2 Eier  
1 mittelgroße Zwiebel  
1 EL kleingehackte Petersilie  
1/2 KL gemahlener Pfeffer  
1 KL Salz

### **Zubereitung:**

Zwiebeln klein schneiden und in 1 EL Öl glasig dünsten. Alle genannte Zutaten mischen und für einige Stunden in den Kühlschrank legen. Aus dieser Fleischmasse Kugeln formen, mit Öl bepinseln und beidseitig grillen.

## Honig-Knobi Spareribs

### Zutaten:

1kg Spareribs, unzerteilt

### Für die Marinade:

½ Tasse Honig

½ Tasse Zucker

½ Tasse Soja Sauce

½ Tasse Rotwein

¼ Tasse Essig

6 Zehen Knoblauch

1 Teelöffel frischen Ingwer, kleingeschnitten

½ Teelöffel weißen Pfeffer

### Zubereitung:

Die Zutaten für die Marinade gut vermischen und die Spareribs einreiben. Die Spareribs an einem Stück müssen 1 Tag in der Marinade ziehen.

Die Spareribs an einem Stück ca. 30 Minuten im Holzbackofen in einer Eisenpfanne braten. Danach die Spareribs abkühlen lassen und anschließend mit einem scharfen Messer zertrennen. Jetzt die Spareribs mit der Marinade in die Eisenpfanne füllen und scharf anbraten.

Als Beilage empfehlen wir Reis oder Quellkartoffeln.

## **Original Idar-Obersteiner Schwenkbraten**

### **Zutaten pro Person:**

350 Gramm Schweinekamm, 3-4 cm stark geschnitten  
2 Zwiebeln, zerkleinert, mit Pfeffer und Salz vorgewürzt  
Pfeffer, Salz

### **Vorbereitung:**

Den Schweinekamm in einer Glasschüssel beidseitig mit Pfeffer und Salz würzen, dann das Fleisch mit den Zwiebeln bedecken. Ein Tuch über die Glasschüssel legen und das Ganze an einem kühlen Ort mindesten 24 Stunden ziehen lassen.

### **Zubereitung:**

Trockene Buchenholzscheite, ca. 30 cm lang, mit einem Beil in feine Späne spalten, mehrere Zeitungsblätter nicht zu stark zerknüllen und in die Mitte der Feuerstelle legen, die Buchenholzspäne möglichst steil auf die Zeitung legen, dann die Zeitung anzünden.

Sobald die Späne gut angebrannt sind, etwas stärkere Späne möglichst steil gegeneinander über das Feuer stellen. Wenn diese gut angebrannt sind, etwas gröbere Scheite (maximale Schnittoberfläche 50 cm<sup>2</sup>) nachstellen. Sobald die groben Buchenholzscheite gut angebrannt und zusammengefallen sind, kann das Fleisch auf einen mit Speisefett vorgefetteten Grillrost gelegt werden.

Die Höhe des Grillrostes so einstellen, dass die Flammenspitzen ca. 5 cm unter dem Grillrost enden. Beide Seiten einmal kurz anbraten, danach den Schwenkbraten nur noch wenden, sobald sich auf der Oberseite etwas Bratensaft absetzt.

Achtung: Den Grillrost immer in Bewegung halten, etwas anstoßen und andrehen, damit der Rost hin und her pendelt und sich dreht. Die Drehbewegung egalisiert die ungleiche Hitzeverteilung über dem Holzfeuer.

Nach ca. 25 Minuten ist der Schwenkbraten gar und kann serviert werden. Wir empfehlen zum Schwenkbraten Rettichsalat, Quillkartoffeln und ein kühles Bier.

## Original Idar-Obersteiner Spießbraten

### Zutaten (für ca. 4 Personen):

1 kg ausgebeinter Schweinekamm  
Pfeffer  
Salz  
Zwiebeln

### Vorbereitung:

Den ausgebeinten Schweinekamm so zuschneiden, dass man ihn mit den Zwiebeln füllen kann. Das Schweinefleisch mit Pfeffer und Salz würzen, die Zwiebeln zerkleinern und in den Schweinekamm füllen. Danach das Ganze mit einer Wurstkordel zusammenbinden und ca. 24 Stunden an einem kühlen Ort ziehen lassen.

### Zubereitung:

Den Spießbraten ungefähr zentriert längs auf einen Spieß aufstecken und mit 2 Gabeln feststellen. In das Grillgerät einhängen und ca. 1,5 Stunden 2-3 cm vor der mit glühenden Buchenholzscheiten gefüllten Befeuerung drehen, bis der Braten schön knusprig und braun ist. Den Garzustand kann man auch mit einem Grillthermometer kontrollieren.

Während des Grillens tropft ein Teil des Bratensaftes ab. Bei dem von uns angebotenen Vertikalbräter kann man den Bratensaft in einer Saftschale auffangen. Als Beilage empfehlen wir Salat und Quellkartoffeln und ein kühles Bier. Die Quellkartoffeln schmecken am besten, wenn man sie in der Saftschale mit dem Bratensaft unter dem Spießbraten gart.

## **Käsewürste mit Folienkartoffeln**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

500 Gramm Käsewürste  
Sonnenblumen- oder Rapsöl zum Bepinseln der Grilltasse  
8 mehlig mittelgroße Kartoffeln  
Salz  
Pfeffer  
150 Gramm Frischkäse  
125 ml Sahne  
1 Teelöffel Senf  
Saft von 1 Zitrone

### **Zubereitung:**

Die Käsewürste am besten auf einer mit Öl bepinselten Aluschale grillen. Wenden Sie die Würste immer mit einer Grillzange, da beim Anstechen der Würste Käse auslaufen kann. Nach einer gründlichen Reinigung wickeln Sie die Kartoffeln mit Schale in Alufolie und grillen sie ca. 40 Minuten direkt in der Glut.

Für die Sauce verrühren Sie den Frischkäse mit Sahne, Senf und Zitronensaft und schmecken mit Salz und Pfeffer ab. Denken Sie daran, die Kartoffeln rechtzeitig ins Feuer zu legen, damit sie gemeinsam mit den Würsten serviert werden können.

## **Knoblauchdiskus**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

600 g Schweinenacken  
800 g geschälte Kartoffeln  
1 Knoblauchknolle (15-18 Zehen)  
1 1/2 TL Salz  
1 TL Gewürzpaprika  
1/2 KL gemahlener Pfeffer  
100 ml Weißwein  
200 ml saure Sahne

### **Zubereitung:**

Das Fleisch in Scheiben schneiden, leicht klopfen, salzen und für 24 Stunden in Senf-Knoblauch-Marinade einlegen. Kartoffeln in Scheiben schneiden. Diskus mit Alufolie umfüttern und die Zutaten hineinschichten (Kartoffeln - Fleisch - Kartoffeln). Jede Schicht salzen. Die Oberfläche mit Wein begießen. Die Alufolie schließen, in die Glut legen und auch darüber Glut anhäufen.

## **Kotelett am Spieß**

### **Zutaten:**

Etwa 600 g Schweinerücken ohne Knochen

Salz, Pfeffer, Öl

Etwas Bier

1-2 EL Mehl

### **Zubereitung:**

Das Fleisch salzen und pfeffern, auf den Drehspieß eines Grills stecken und mit Öl bepinseln. Etwa 40-60 Minuten grillen. Das Fleisch bekommt einen besonders pikanten Geschmack, wenn es zwischendurch nicht nur mit Öl, sondern auch mit ein wenig Bier beträufelt wird. Den Fond in der Fettauffangschale mit etwas Bier lösen, mit kalt angerührtem Mehl binden und abschmecken.

## **Krombierwurst**

### **Zutaten (für ca. 6 Personen):**

2 kg rohe Kartoffeln  
1 Pfund Zwiebeln  
1 Pfund Schweinebauch  
300 Gramm Rindfleisch  
300 Gramm Dörrfleisch  
Pfeffer, Salz  
Muskat  
Majoran  
Bohnenkraut

### **Zubereitung:**

Den Schweinebauch, das Rindfleisch und das Dörrfleisch kochen. Rohe Kartoffeln, rohe Zwiebeln, gekochten Schweinebauch, gekochtes Rindfleisch und gekochtes Dörrfleisch durch den Fleischwolf drehen.

Die Masse gut mischen und mit Pfeffer, Salz, Muskat, Majoran und Bohnenkraut würzen. Die vorgefertigte Kartoffelwurst in eine Eisenpfanne geben und im Holzbackofen bei ca. 200 Grad 2 Stunden lang garen.

Zur Kartoffelwurst empfehlen wir Sauerkraut und ein kühles Bier.



## **Majoranschnitzel**

### **Zutaten:**

4 Schweineschnitzel

Majoran, Öl, Salz

2 Äpfel

### **Zubereitung:**

Die vorbereiteten Schnitzel von beiden Seiten mit Majoran bestreuen und mit Öl bepinseln. Mit Pfeffer würzen und etwa 4-5 Minuten grillen, dann erst salzen.

Inzwischen die Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Scheiben schneiden. Mit Öl bepinselt ebenfalls kurz grillen und auf den garen Schnitzeln anrichten.

## **Maulwürfe**

### **Zutaten**

Pro Portion 500 g frischer Schweinekamm  
Salz, Pfeffer und Zwiebeln

### **Zubereitung**

Pfeffer, Salz und ca. 25 Gramm Zwiebelscheiben gut vermengen. In die Schweinekammstücke, ca. 500 gr. schwer, eine Tasche schneiden und die gewürzten Zwiebeln darin eindrücken. Dann das ganze verschließen und mit Wurstkordel wie einen Rollbraten verschnüren. Das Fleisch mit Pfeffer und Salz auch von außen würzen. Danach muss man die Maulwürfe an einem kühlen, dunklen Ort mindestens 24 Stunden ziehen lassen.

Die Maulwürfe grillt man am besten über halbhoher Buchenholzflamme. Die Garzeit beträgt ca. 45 Minuten.

## Mexikanisches Hacksteak

### Zutaten für die Soße:

1 Chilischote  
1 Knoblauchzehe  
½ Bund Petersilie  
½ Zwiebel  
Essig  
Olivenöl  
Salz



### Zutaten für die Hacksteaks:

500 g gemischtes Hackfleisch  
1 Eigelb  
Paniermehl  
Pfeffer  
Steak und Grillbutter  
Taccos

### Zubereitung:

Chilischoten längs halbieren, putzen, waschen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischoten, Knoblauch, Petersilie, Zwiebel, Essig, Olivenöl und Salz zu einer Soße vermischen. Das Hackfleisch mit Eigelb und Paniermehl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Hackfleischmasse Hacksteaks formen.

Hacksteaks auf dem heißen Grillrost von beiden Seiten gleichmäßig grillen. Das Hacksteak auf einem Teller mit Grillbutter anrichten. Die Soße nach Wunsch in Taccos füllen und zu den Hacksteaks servieren.

## **Pfälzer Krustenbraten**

### **Zutaten für 20 Personen:**

2 Krustenbraten von der Hüfte á 1,5 kg  
4 EL Kümmel  
4 EL Majoran  
4 EL Nelken  
4 EL Honig  
500ml Bier  
Pfeffer, Salz

Zubehör: 2 Bratenkörbe

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Einlegezeit: keine

Grillzeit: 90-120 Minuten

Grillmethode: indirekt, 180°C, Kerntemperatur überwachen und bei ca. 72°C evtl. Grilltemperatur reduzieren.

### **Vorbereitung**

Schwarte in Rauten bis zum Fett einschneiden, Rauten mit Nelken spicken, alle Seiten mit Kümmel, Majoran, besonders reichlich mit Pfeffer und Salz würzen.

Bier und Honig mischen und beiseite stellen.

### **Grillen**

Ca 1,5 Std. bei mittlerer Hitze indirekt grillen. Kruste nach oben. Nach einer Stunde Grillzeit alle 10 Minuten Marinade aufstreichen.

### **Servieren**

Am Grill aufschneiden und servieren.

### **Besondere Tipps**

Vor dem Aufschneiden 10 Minuten ruhen lassen, da sonst der Bratensaft entweicht.

## Schales aus der Eisenpfanne im Holzbackofen

### Zutaten (für 5 Personen):

2 kg Kartoffeln  
2 Stangen Lauch  
Salz, Pfeffer  
1 Ei  
250 Gramm Dürffleisch

### Zubereitung:

Die rohen Kartoffeln reiben und fest ausdrücken. Das Ei und den feingehackten Lauch untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dürffleisch in kleine Würfel schneiden und in der Eisenpfanne auslassen. Die Kartoffelmasse einfüllen. Die Pfanne in den Holzbackofen schieben. Schales backt man 2 Stunden bei ca. 200 Grad.



## **Schaschlik nach serbischer Art**

### **Zutaten:**

700 g Nacken  
3 Zwiebeln  
Salz, Pfeffer, Öl

### **Zubereitung:**

Das Fleisch in Würfel schneiden und auf Spieße ziehen. Salzen, pfeffern, einölen und für wenige Stunden in den Kühlschrank legen. Über Glut rundum schön rot grillen. Mit Ajvar, grünen Paprikaschoten, Tomaten, gebr. Paprikaschoten-Salat und weichem Brot servieren.

## Schichtsalat

### Zutaten:

- 1 Glas Möhrensalat (abgetropft)
- 1 Glas Selleriesalat
- 2 Stangen roher Lauch (in dünne Scheiben geschnitten)
- 1 Dose Bonduelle Mexiko Gemüse
- 2 Eier, hartgekocht, in Scheiben geschnitten
- ½ Ring Fleischwurst, kleingewürfelt
- 1 Glas Miracel Whip
- 1 Becher Sahne
- Etwas geriebener Emmentaler Käse

### Zubereitung:

Zutaten in Schichten nacheinander in eine Schüssel geben, Sahne unter Miracel Whip rühren und darübergießen. Zum Schluss Käse drüberstreuen. Das Ganze 24 Stunden ziehen lassen und dann servieren.

## Schwedischer Spieß

### Zutaten:

400 g Schweinefleisch (aus der Keule, in 3 cm dicke Scheiben schneiden)

150 g in Scheiben geschnittenen, durchwachsenen Speck

250 g entsteinte eingeweichte Backpflaumen

1 Zwiebel

1 Apfel

2-3 EL Öl

1/2 TL Zimt

Pfeffer aus der Mühle

Salz

### Zubereitung:

Auf die Schaschlikspieße abwechselnd Schweinefleisch, Speck, Backpflaumen, Zwiebel- und Apfelstücke stecken. Öl mit Zimt und Pfeffer vermischen und die Spieße damit einstreichen. Die Spieße etwa 20 Minuten grillen.



## **Schweinespieße Hawaii**

### **Zutaten und Zubereitung:**

Aus Schweinelende 3 cm große Würfel schneiden. Jeden Würfel mit einer Marinade aus Senf, Öl, Ketchup, Pfeffer und Vegeta bestreichen und 1 Stunde ziehen lassen. Jeden Würfel in dünne Speckscheiben wickeln und mit gleichgroßen Ananaswürfeln nacheinander auf Spieße stecken und grillen.

## Spanferkel auf dem Grill

### Zutaten (Rezept für 20 Personen):

- 1 Spanferkel 20 kg
  - 1 Bund Petersilie
  - 1 große Zwiebel
  - 2 Knoblauchzehen
  - 10 EL Öl
  - 6 EL Zitronensaft
  - 5 EL Honig
  - 3 EL Sojasoße
  - 1 TL getrockneter Thymian
  - 1 TL Majoran
  - 1 TL Rosmarin
  - 1 TL Salz
  - 1 TL weißer Pfeffer
  - 1/4 Liter Öl
  - 1/4 Liter Bier
- Außerdem Holzkohle oder Holz sowie etwas Alufolie



### Zubereitung:

Die Haut des Spanferkels ca. 24 Stunden vor dem Grillen gut trockenreiben, dann die Schwarte so einschneiden, dass ca. 5x5cm große Quadrate entstehen. Die Zwiebel, Knoblauchzehen und Petersilie gut zerkleinern und mit den restlichen Zutaten vermengen, dann das Spanferkel damit bestreichen.

Vor dem Grillen das Spanferkel in einem kühlen dunklen Raum ca. 24 Stunden ziehen lassen.

Die Füße, die Ohren und den Schwanz mit Alufolie umwickeln. Dann das Ferkel auf den Grillspieß aufstecken und die Gabeln justieren. Die Befeuerung mit Holz oder Holzkohle befüllen und anzünden.

Nach ungefähr 20 Minuten kann man das Ferkel in den Grill Spanferkelgrill einhängen. Den Grillmotor einschalten und das Spanferkel von Zeit zu Zeit auf dem Grill mit Bier und Honig bestreichen. Die Garzeit auf dem Grill beträgt ca. 4-5 Stunden. Als Beilage empfehlen wir einen grünen Salat und Salzkartoffeln.

## **Spareribs für 20 Personen**

### **Zutaten für 20 Personen:**

2,5 kg Schälrippchen vom Schwein

Zum Würzen:

5 EL Salz

4 EL Rosenpaprikapulver

1 1/2 EL gem. Kreuzkümmel

1 1/2 EL getr. Oregano

4 TL Zwiebelsalz

2 TL Knoblauchgranulat

2 TL Pfeffer schwarz aus der Mühle

1 TL Piment

1 TL Zimt

Zum Vorkochen:

2-3 Liter Gemüsebrühe (Instant)

Für die Barbecuesauce:

1 TL Salz

100 Gramm Zucker

100 Gramm Honig

80 ml Rinderfond

1 EL Dijonsenf

2 EL Weißweinessig

2 EL Worcestershire-Sauce

250 Gramm passierte Tomaten

3 TL Chilipulver

Zubehör: 2 Weber-Koteletthalter

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Einlegezeit: je 120 Minuten

Grillzeit: 20 Minuten

Grillmethode: indirekt

### **Vorbereitung**

Die Ripppchen unter fließendem Wasser abspülen, trocken abtupfen. Mit den gemischten Gewürzen kräftig trocken einreiben. In einem gut verschlossenen Plastikbeutel circa 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Anschließend in einem großen Topf ca. 1 Stunde in der Gemüsebrühe köcheln lassen.

Die Zutaten für die Barbecue-Sauce in einem Topf gut mischen und ohne Deckel 1-2 Stunden köcheln lassen, bis die Sauce eingedickt ist. Häufig rühren und eventuell etwas Wasser zugeben, falls sie zu dick wird.

## **Grillen**

Die Rippchen in dem Koteletthalter auf den Grill stellen. Bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten indirekt grillen. Alle 5 Minuten mit der Barbecue-Sauce bestreichen. Den Rest der Sauce als Dip reichen.

## **Servieren**

Traditionelle Beilagen: Baked Potatoes, Baked Beans und gegrillter Zuckermais.

## **Besondere Tipps**

Die Rippchen ohne Vorkochen circa 60 – 90 Minuten indirekt grillen.

## Spareribs pikant

### Zutaten:

1 kg Spareribs, unzerteilt

### Für die Marinade:

¼ Tasse Soja Sauce

1 EL Zucker

½ TL weißen Pfeffer

3 Knoblauchzehen

2 EL Hoisin Sauce

¼ Tasse Weißwein



### Zubereitung:

Die Marinadenzutaten gut miteinander vermengen, dann die Spareribs unzerschnitten in die Marinade legen. Die Spareribs müssen 1 Tag in der Marinade ziehen.

Die fertig marinierten Spareribs an einem Stück auf einem Grillrost über Buchenholzfeuer grillen, erst dann die einzelnen Rippen mit einem scharfen Messer trennen.

## **Ungarische Grillschnitzel**

### **Zutaten:**

4 große Schweineschnitzel  
Knoblauch  
Öl, Salz, Pfeffer  
Gewürzpaprika

### **Zubereitung:**

Die Schnitzel beidseitig salzen, mit Paprika, Pfeffer und zerdrückte n Knoblauchzehen würzen, mit Öl bepinseln und zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Jede Seite grillen. Mit Pommes frites und Salat servieren.

## Ungarische Hackpogatschen

### Zutaten:

600 g Gehacktes  
2 EL Schmalz oder Öl  
2 Brötchen  
2 Eier  
1 mittelgroße Zwiebel  
3 Knoblauchzehen  
1/2 KL schwarzer Pfeffer  
1 EL Gewürzpaprika  
1 KL Salz

### Zubereitung:

Brötchen einweichen und gut ausdrücken, Knoblauch durchpressen, Zwiebeln klein schneiden und in 1 EL Öl glasig dünsten. Alle genannte Zutaten mischen und für einige Stunden in den Kühlschrank legen. Aus dieser Fleischmasse schöne Pogatschen formen, mit Öl bepinseln und beidseitig grillen.

# **Vegetarisch**



## **Ananas gegrillt**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

1 Ananas  
1 EL Butter  
50 g Tannenhonig  
2 EL Zitronensaft

### **Zubereitung:**

Ananas längs halbieren, jede Hälfte in 4 Spalten schneiden. Butter zerlassen, mit Honig und Zitronensaft verrühren. Ananasschiffchen auf den Schnittflächen je Seite ca. 4 Min. grillen. Das Fruchtfleisch von der Schale lösen und darin servieren, Soße zur Ananas reichen.

## **Backes-Brot**

### **Zutaten:**

500 g Weißmehl  
1 Tütchen Trockenhefe  
½ Esslöffel Olivenöl  
¼ Liter Wasser

### **Zubereitung:**

Mehl, Hefe, Salz und Olivenöl miteinander vermengen, nach und nach Wasser begeben. Zuerst mit dem Kochlöffel, dann von Hand arbeiten. Es muss ein elastischer Teig entstehen, der sich nach einigen Minuten Kneten vom Schüsselrand löst.

Mit einem feuchten Tuch bedecken. An einem warmen Ort (mindestens 20°C) 3 Stunden gehen lassen.

Den Teig, ohne ihn nochmals zu kneten, mit dem Teigschaber in 2 Teile teilen. Ebenfalls mit dem Teigschaber die einzelnen Teigportionen aus der Schüssel heben, vorsichtig mit Hilfe der bemehlten Hände eine längliche Form, ca. 30 cm ziehen, auf 1 gut bemehltes Backblech legen und seitlich etwas einschlagen. Nicht drücken! Mit einem frisch angefeuchteten Tuch zudecken und nochmals ½ Stunde gehen lassen.

Dann in dem auf 200°C vorgeheizten Holzbackofen "W oody - Backes" 35 Minuten backen.

## Backkürbis

### Zutaten:

½ Kürbis ca. 1 kg

100 g Butter

Salz

### Zubereitung:

Kürbis waschen, entkernen und mit einem sauberen Küchentuch abtrocknen. Die Schnittfläche mit ca. 30 g Butter bestreichen. Mit der unbestrichen Seite nach unten in eine Eisenpfanne legen, in den Holzbackofen schieben und ca. 60 Minuten backen.

Beim Verzehr die Schale abschneiden, die restliche Butter als Flöckchen auf den Kürbis geben, und salzen. Der Backkürbis ist eine hervorragende Beilage zu Hochrippe oder Spießbraten.



## Brärascha (Bratkartoffeln aus rohen Kartoffeln)

### Zutaten (für ca. 2 Personen):

1 kg Kartoffeln  
4 Esslöffel Öl  
Salz

### Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 15x15 mm große Würfel schneiden. Das Öl in einer Eisenpfanne über einem Gasringbrenner erhitzen, die Kartoffelwürfel hineingeben und salzen. Die Eisenpfanne mit Deckel ca. 15 Minuten erhitzen, damit die Brärascha weich werden. Danach die Kartoffeln ohne übermäßiges Wenden kross werden lassen. Zu Brärascha empfehlen wir grünen Salat und ein kühles Bier. Man kann sie auch als Beilage zu Fleischgerichten reichen.



## **Ciabatta-Brot vom Grill**

### **Zutaten für 20 Personen:**

2 kg Ciabatta-Backmischung mit Hefezusatz (oder Hefe selbst nach Anleitung hinzufügen)

Zubehör: 10 Brotformen, 2 kleine Tropfschalen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Einlegezeit: 60 Minuten gehen lassen

Verwendeter Grill: Weber Genesis Silver C und Gold C.

Grillzeit: 40 Minuten bei 180 Grad

Grillmethode: indirekt auf Warmhalterosten

### **Vorbereitung**

Backmischung nach Rezept auf Packung vorbereiten. **BEREITS VORBEREITET.** Teig nochmals durchkneten und danach 10 lange, schmale Brote formen. In die mit Mehl bestreuten Aluschalen legen.

### **Grillen**

Grill auf ca. 230 Grad vorheizen und die Brote bei 180 Grad indirekt in den Schalen grillen. Eine kleine Aluschale mit Wasser auf den Grillrost stellen.

### **Servieren**

Aufschneiden und in Brotkorb legen.

### **Besondere Tipps**

Vielfältige Möglichkeiten: Variation des Öls oder Hinzufügen von Walnusskernen oder Oliven. Brot eignet sich ideal für Bruschetta.

## **Dinkel-Walnuss-Brot**

### **Zutaten:**

600 g Dinkelmehl  
½ Würfel Hefe  
½ Teelöffel Honig  
100 ml warmes Wasser  
200 ml warme Milch  
100 g zerlaufene Butter  
2 TL Salz  
1 Prise Brotgewürz  
200 g grob gehackte Walnüsse  
Mehl zum Bestäuben

### **Zubereitung:**

Dinkelmehl mit Hefe, Honig, Wasser und 2/3 der Butter verrühren, Salz und Brotgewürz untermengen, ca. 40 Minuten gehen lassen. Nochmals gut durchkneten, dann die mit Mehl bestäubten Walnüsse in den Teig hineinarbeiten. Den Teig in eine Kastenform geben und so lange gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

In dem auf 200 °C angeheizten Schneider - Holzback ofen " Woody Backes" ca. 40 Minuten backen. Mit der restlichen Butter die Oberfläche bestreichen und das Brot nochmals 10 Minuten backen.

## **Folienchampignons**

### **Zutaten für 8 Portionen:**

1 Rolle Kräuterbutter  
Gemahlener bunter Pfeffer  
8 große Champignons  
Alufolie

### **Zubereitung:**

Die Champignons mit einer Bürste unter fließendem Wasser säubern und die Stiele abschneiden. Danach von der Kräuterbutterrolle 8 gleichmäßig dicke Scheiben abschneiden und jeweils eine Scheibe auf die Lamellenseite der Champignons legen. Nun noch Pfeffer frisch darüber mahlen.

Aus der Alufolie werden 8 ca. 10x10 oder 12x12 cm große Quadrate ausgeschnitten. In die Mitte eines jeden Quadrates kommt ein Champignon. Nun werden die vier Ecken der Folie erst diagonal hochgezogen und dann über der Mitte zugekehrt.

Einfach auf den Rand des Grills legen und 10-15 Minuten garen. Im Winter kann man die Pilze auch gut im ca. 150 Grad heißen Backofen garen. Vorsichtig die Folie nach dem Garen wieder von oben aufdrehen.

Dazu passt am besten Weißbrot oder Ciabatta oder frisches Baguette.

## **Folienkartoffeln**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

4 große Kartoffeln

Kräuterbutter

Salz

### **Zubereitung:**

Kartoffeln gut waschen, in Alufolie wickeln, auf dem Grill ca. 50 Minuten garen. Mit Kräuterbutter und Salz servieren.

Dazu passt auch gut ein Quark-Dip.



## **Gegrillte Nektarinen mit Zimt-Toast und Beeren**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

#### **Für die Sauce:**

- 1 EL Bourbon
- 1 EL Korinthen
- 3 EL Gesüßte Kondensmilch
- 2 TL kandierter, feingehackter Ingwer
- 1/4 TL gemahlener Kardamom
- 1 Prise feines Meersalz

#### **Für den Zimttoast:**

- 2 EL Zucker
- 1/4 TL Zimt
- 2 EL weiche Butter
- 4 Scheiben Weißbrot (Toastbrot), ca. 1,25 cm dick geschnitten

#### **Früchte und Garnierung:**

- 2 große, reife Nektarinen
- Traubenkernöl
- 1 Tasse Blaubeeren (alternativ Erdbeeren, Himbeeren oder Beerenmischung)

#### **Zubereitung:**

1. Sauce: Bourbon in einem kleinen Töpfchen erhitzen, Korinthen einrühren, zudecken und beiseite stellen. 1 - 4 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen. Anschließend Kondensmilch, Ingwer, Salz, Kardamom und die ausgequollenen Korinthen in einem Schälchen verrühren.

2. Zimt-Toast: Zimt und Zucker in einem Schälchen vermengen. Butter einrühren und solange einarbeiten, bis alles gut vermischt ist. Anschließend die Hälfte der Zimtbutter auf die Toastbrot-scheiben streichen. Toastbrot-scheiben mit der gebutterten Seite nach unten auf Backpapier legen und die andere Seite mit der restlichen Zimtbutter bestreichen.

3. Gasgrill hoch erhitzen. Nektarinen halbieren und entsteinen, Schnittflächen mit Küchenkrepp trockentupfen und mit Traubenkernöl einpinseln. Mit den Schnittflächen nach unten auf den Grillrost legen und 1 Minute grillen, wenden und weitere 30 - 45 Sekunden grillen.

Schnittflächen mit der Sauce bepinseln. Sobald die Fruchthälften weich und warm sind, auf die glasierte Seite wenden und solange grillen, bis die Schnittflächen braune Röststellen zeigen (ca. 30 Sekunden). Wenden, restliche Sauce - falls vorhanden - in die Hälften füllen und auf die kalte Seite des Grills schieben.

4. Toastscheiben 10 Sekunden auf den Rost legen, wenden und weitere 10 Sekunden grillen. Das ganze so lange wiederholen, bis Butter und Zucker geschmolzen und die Toastscheiben schön braun sind.

Nektarinen und Toast auf 4 Teller aufteilen. Mit Beeren garnieren und servieren.

## **Gegrillte Paprika mit Schafskäse**

### **Zutaten für 2 Portionen:**

2 Paprikaschoten  
250 g Feta-Käse (Schafskäse)  
30 g Butter  
2 Knoblauchzehen, gepresst  
Schnittlauch, fein geschnitten

### **Zubereitung:**

Die Paprika ca. 15 Minuten in leichtem Salzwasser köcheln lassen. Die gut abgetropften Paprika der Länge nach in Viertel schneiden und vom Kerngehäuse befreien.

Die Paprika in eine feuerfeste Form geben und jeweils mit einem fingerdicken Stück Käse belegen. Knoblauch und Majoran drüberstreuen und im vorgeheizten Elektrogrill ca. 6 Minuten grillen.

Vor dem Servieren mit Schnittlauch bestreuen.

## **Gegrillte Peperoni**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

16 schwarze Oliven ohne Stein  
100 g Instant-Couscous  
300 ml Gemüsebouillon  
25 g Butter  
1 EL frische, gehackte Petersilie  
2 Knoblauchzehen  
Salz, Pfeffer  
4 rote Peperoni  
4 kleine Tomaten  
200 g Ziegenkäse  
Olivenöl zum Bestreichen

### **Zubereitung:**

Den Knoblauch und die Oliven hacken. Den Couscous in einer Schüssel mit der heißen Gemüsebouillon übergießen. 5 Minuten ziehen lassen, bis der Couscous den Fond aufgesogen hat. Dann Butter, Petersilie, Knoblauch, Oliven, Salz und Pfeffer zugeben und alles mit einer Gabel vermischen.

Die Peperoni halbieren, die Kerne und die weißen Seitenstränge entfernen. Die Tomaten ebenfalls halbieren und je eine halbe Tomate in eine Paprikahälfte legen. Die Couscous-Mischung um die Tomaten herum verteilen. Den Ziegenkäse in Scheiben schneiden und jede Peperoni mit einer Käsescheibe belegen.

Die Außenseite der Peperoni mit Olivenöl bestreichen und bei mittlerer Hitze auf dem Gasgrill 8-10 Min. grillen, bis die Paprika weich sind und die Haut leichte Blasen wirft. Mit Salat servieren.

## **Gegrillter Mais**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

4 bis 8 Maiskolben

4 bis 8 TL Butter

Salz und Pfeffer

### **Zubereitung:**

Die Maishülle und die Fäden entfernen. Je 1 TL Salz und Pfeffer auf dem Maiskolben verreiben und die Hülle schließen. Jeden Maiskolben in Aluminiumfolie wickeln, auf den Grill legen und in ca. 30 Minuten gar werden lassen. Ab und zu wenden.

## Gemüsespieße

### Zutaten für 4 Portionen:

250 g Kartoffeln  
Salz  
Je 1 rote, grüne und gelbe Paprika  
2 Zwiebeln  
1/2 Bund Thymian  
3 EL Olivenöl  
Pfeffer aus der Mühle  
1 kleine Mango  
1 Limette  
150 g Joghurt  
2 EL Salatmayonnaise  
Muskatnuss

### Zubereitung:

1. Die Kartoffeln gut waschen, in Salzwasser ca. 15 Minuten vorkochen, pellen und in Scheiben schneiden. Paprika abbrausen, putzen und in Stücke teilen. Die Zwiebeln abziehen und in Scheiben schneiden. Den Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen, mit Öl, Salz und Pfeffer mischen. Paprika, Kartoffeln und Zwiebeln abwechselnd auf 4 Spieße stecken. Mit Thymianöl bestreichen und 10 - 15 Minuten grillen. Ab und zu wenden und mit restlichem Thymianöl bepinseln.

2. Für die Soße Mango schälen, Fruchtfleisch in Scheiben vom Stein schneiden. Zwei Scheiben würfeln und beiseite stellen, die restlichen in einen Rührbecher geben. Limette abbrausen, die Schale abreiben, den Saft auspressen. Saft mit Joghurt und Mayonnaise zur Mango geben, pürieren. 2/3 der Limettenschale unterrühren. Mit Muskat abschmecken und mit den Mangowürfeln sowie der restlichen Limettenschale garnieren.

## **Gemüsespieße für 20 Personen**

### **Zutaten für 20 Personen:**

5 mittlere Zucchini  
40 Partytomaten  
4 große Gemüsezwiebeln  
5 rote Paprika  
20 mittlere Champignons  
Für die Marinade:  
250 Gramm passierte Tomaten  
250 ml Wasser  
12 EL Olivenöl  
12 EL Sojasauce  
5 Knoblauchzehen  
1 TL Chilipulver  
1 TL Zimt  
Pfeffer

Zubehör: 20 Holzspieße  
Vorbereitungszeit: 30 Minuten  
Einlegezeit: keine  
Grillzeit: 12 Minuten  
Grillmethode: direkt

### **Vorbereitung**

Holzspieße in kaltes Wasser legen.

Für die Marinade: Knoblauch fein hacken, mit den übrigen Zutaten in einer großen Schüssel mischen.

Für die Spieße: Gemüse waschen, Champignons mit einem Küchentuch abreiben und halbieren. Zucchini in ca. 2 cm dicke Scheiben und die entkernten Paprika in 8 gleiche Teile schneiden. Zwiebeln schälen und achteln.

Das gesamte Gemüse nun in die Schüssel mit der Marinade geben und vorsichtig darin wenden. Zum Schluss das Gemüse abwechselnd auf die Spieße stecken.

### **Grillen**

Auf dem Grill verteilen; Grillzeit ca. 12 Minuten, nach 6 Minuten wenden.

### **Servieren**

Als Spieß auf den Teller geben.

## **Besondere Tipps**

Gemüsesorten können variiert werden; Zuckermais und Auberginen zum Beispiel eignen sich ebenfalls hervorragend.



## **Gemüsespieße mit Tofu**

### **Zutaten für ca. 8 Portionen:**

500g fester Tofu  
1 kleine rote Zwiebel  
1 grüne Paprika  
1 rote Paprika  
250g Champignons  
250g Cherrytomaten  
1 mittelgroße Zucchini

### **Zubereitung:**

Den Tofu in 2 bis 3 cm dicke Würfel schneiden und in einer beliebigen Marinade für mindestens 30 Minuten einlegen. Zwiebel und Paprika in 2 cm dicke Würfel schneiden, Champignons und Zucchini in ca. 5 mm dünne Scheiben. Tofu und Gemüse abwechselnd auf Spieße stecken, mit Marinade bestreichen und auf dem Grill etwa 10 bis 15 Minuten gar werden lassen. Ab und zu wenden und mit Marinade bestreichen.

Bei Spießen sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt.

## **Gemüsesträußchen**

### **Zutaten für 20 Personen:**

7 große Möhren  
5 mittelgroße Zucchini  
20 Stangen grüner Spargel  
20 Lauchzwiebeln  
Für die Marinade:  
10 EL Olivenöl  
10 EL Honig  
300ml Soja Sauce  
1/2 TL Chilipulver  
Pfeffer, Salz, Paprika

Vorbereitungszeit: 30 Minuten  
Einlegezeit: 60 Minuten  
Grillzeit: 10 Minuten  
Grillmethode: indirekt

### **Vorbereitung**

Aus Sojasauce, Honig, Öl, Pfeffer, Salz, Paprika und Chilipulver eine Marinade herstellen.

Möhren schälen und beim Spargel nur das dicke Ende abschneiden. Zucchini und Möhren der Länge nach in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Von den Frühlingszwiebeln die äußere Haut abziehen und entsprechend der Länge der anderen Gemüse angleichen.

Mit einer Schere die Alufolie in 5 cm breite Streifen schneiden und 2x der Länge nach falten, so werden sie stabiler. Für die Sträußchen dann je 1 Spargelstange, 2 Möhren- und Zucchini-Stückchen und eine Lauchzwiebel mit dem Alustreifen in der Mitte zusammenbinden.

Die Sträußchen in einem flachen Topf mit wenig Salzwasser blanchieren, dann abtropfen lassen und in eine flache Auflaufform legen; die vorbereitete Marinade darüber geben.

### **Grillen**

Vorsichtig mit Grillzange auf den Grill legen, 8 Minuten bei niedriger Hitze direkt grillen und nach 4 Minuten wenden.

### **Servieren**

Mit Grillzange auf den Teller geben.

### **Besondere Tipps**

Gemüse kann auch einzeln blanchiert werden.

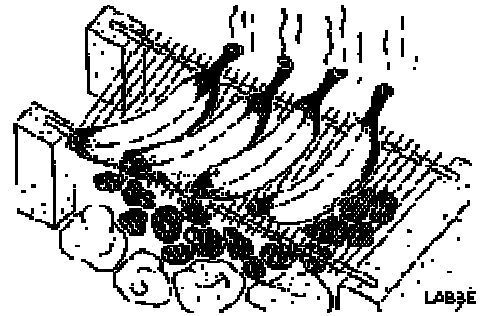
## Grillbanane

### Zutaten:

4 Bananen  
4 mitteldicke Scheiben Gouda  
Paprikapulver

### Zubereitung:

Die Banane mit Schale längs aufschneiden, so dass sie am Stielende noch zusammenhält. Den Gouda in passende Stücke schneiden, die unteren Bananenhälften damit belegen und mit Paprikapulver würzen. Die oberen Bananenhälften aufsetzen, die Schalen wieder schließen und mit einem Zahnstocher fixieren.



Dann die Banane grillen bis der Käse zerlaufen ist. Vor dem Servieren kann man die Frucht mit etwas Cointreau beträufeln.

## Grilltomaten mit Tomatenjoghurt

### Zutaten für 5 Portionen:

150 g Zucchini  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Kürbiskerne  
1 EL Olivenöl  
2 hartgekochte Eier  
1/2 Bund Dill  
2 EL körniger Senf  
Pfeffer  
Salz  
5 Tomaten á 150 g

### Tomatenjoghurt:

2 Bund Schnittlauch  
1/2 Bund Zitronenmelisse  
200 g Tomatenfruchtfleisch (aus den Tomaten ausgehöhlt)  
150 g Joghurt  
2 EL Öl  
1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel  
Öl zum Bestreichen

### Zubereitung:

Zucchini abspülen und in Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Kürbiskerne, Zwiebel, Knoblauch und Zucchiniwürfel in Olivenöl 4 Minuten andünsten, herausnehmen und abkühlen lassen.

Eier schälen und fein hacken. Dill fein hacken. Eier, Gemüse, Senf und Dill vermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Tomaten waschen, Deckel abschneiden und so aushöhlen, dass ein 1 cm dicker Tomatenrand stehen bleibt (Tomatenfleisch aufbewahren - siehe unten). Tomaten etwas salzen und mit dem Gemüse füllen. Für jede Tomate ein Blatt Alufolie dünn mit Öl bestreichen, Tomate darauf platzieren. Tomaten etwa 8 Minuten grillen, auf dem Elektrogrill ohne Alufolie etwa 5 Minuten.

Tomatenjoghurt: Schnittlauch und Zitronenmelisse abspülen, trockentupfen und mit Tomatenfruchtfleisch fein hacken. Mit Joghurt, Öl und Kreuzkümmel verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Grillzwiebel

### Zutaten:

4 Gemüsezwiebeln á 250 g  
200 g Tomaten  
1 Knoblauchzehe  
40 g Griechischen Schafskäse  
1 Bund Petersilie  
Salz und Pfeffer  
½ Teelöffel Paprikapulver, edelsüß  
2 tb Sojaöl



### Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen und von jeder oben einen Deckel abschneiden, mit einem Messer oder Löffel vorsichtig aushöhlen. Die Hälfte des entfernten Fruchtfleischs fein hacken. Die andere Hälfte wird nicht weiterverwendet.

Die Tomaten über Kreuz einritzen, kurz überbrühen, abschrecken und enthäuten, dann vierteln, entkernen und fein würfeln. Die Petersilie fein hacken. Die Knoblauchzehe schälen und zerdrücken, den Feta fein würfeln.

Tomaten, feingehackte Zwiebel, Feta, Knoblauch und Petersilie gut mischen und würzen. Die Tomatenmischung in die ausgehöhlten Zwiebeln füllen und den Deckel wieder aufsetzen.

Die Zwiebeln mit Öl bestreichen und etwa 30 Minuten in Aluminiumfolie grillen.

## **Karamellisierte Bananen**

### **Zutaten für 20 Personen:**

20 Bananen  
20 EL Zucker  
6 EL Kokosnus raspeln  
abgeriebene Schale von 3 unbehandelten Orangen  
800ml Sahne  
5 EL Rum  
3 Sahnesteif

Vorbereitungszeit: 60-70 Minuten  
Einlegezeit: keine  
Grillzeit: 5 Minuten  
Grillmethode: direkt - große Hitze

### **Vorbereitung**

In einem Topf 17 EL Zucker in 10 EL Wasser langsam auflösen, zum Kochen bringen und in 6-8 Minuten zu einem goldgelben Karamell kochen. Von der Kochstelle nehmen und die Kokosraspeln und Orangenschalen unterrühren.

Das flüssige Karamell auf leicht eingölte Backbleche gießen und in 10 Minuten erstarren lassen. In Stücke brechen und im Mixer fein zerkleinern.

BEREITS VORBEREITET.

Die Sahne mit dem 3 EL Zucker und 3 Sahnesteif steif schlagen, den Rum vorsichtig unterrühren. Abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Die ungeschälten Bananen längs halbieren und die Schnittflächen mit dem Karamell-Kokos-Pulver bestreuen.

### **Grillen**

Die Bananen mit der Schale nach unten in der Grillpfanne auf den Grillrost stellen. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten grillen, bis das Pulver geschmolzen und goldfarben ist.

### **Servieren**

Die karamellisierten Bananenhälften noch warm mit der Rumsahne servieren.

## **Melanzani-Paprika-Sandwiches mit Parmesan**

### **Zutaten für 4 Portionen:**

1 Melanzani, der Breite nach in 1 cm dünne Scheiben geschnitten  
1 rote Paprika, in 1 cm dünne Scheiben geschnitten  
Salz und Pfeffer  
1 Baguette  
60g Schafkäse  
125g geriebener Parmesan  
Pesto

### **Zubereitung:**

Die Melanzani mit Salz bestreuen und für ca. 10 Minuten beiseite legen. Danach das Salz abwaschen. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen und 5 bis 10 Minuten auf den Grill legen, bis es leicht braun wird. Das Baguette längs aufschneiden, eine Hälfte mit Pesto bestreichen und den Schafkäse darauf legen. Melanzani und Paprika darüber legen und mit Parmesan bestreuen. Mit der zweiten Hälfte des Baguettes bedecken. Kalt oder warm servieren.

## **Pizzateig (Grundrezept)**

### **Zutaten**

15 g Hefe  
¼ l Wasser  
400 g Weizenmehl  
1 TL Meersalz  
Etwas Salbei  
3 EL Sonnenblumenöl

### **Zubereitung**

Man löst die Hefe in lauwarmem Wasser auf, gibt Weizenmehl, Meersalz und Salbei dazu und knetet alles gut durch. Danach fügt man das Sonnenblumenöl hinzu und knetet es ein. Den Teig lässt man eine halbe Stunde ruhen.

Die Teigmenge reicht für 4 runde Pizzen oder ein kleines Blech aus.



## **Rosmarin-Kartoffeln**

### **Zutaten für 20 Personen:**

25 mittelgroße, festkochende Kartoffeln

Für die Marinade:

20 EL Olivenöl extra vergine

7 EL Salz

4 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

4 TL Paprika edelsüß

5 Rosmarinzweige

150 Gramm Butter

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Einlegezeit: 60 Minuten

Grillzeit: 45 Minuten

Grillmethode: indirekt

### **Vorbereitung**

Die Kartoffeln waschen und in circa 1-1,5 cm dicke Spalten in eine Schüssel schneiden (neue Kartoffeln ungeschält, alte geschält). Die Rosmarinzweige grob schneiden und mit allen Zutaten für die Marinade - außer der Butter - gut mischen, über die Kartoffeln geben und mehrfach umrühren. In der abgedeckten Schüssel ca. 2 Stunden ziehen lassen.

Gemüsekorb und Alu-Schale mit Alufolie auskleiden. Die Kartoffeln in der Schüssel nochmals umrühren, überschüssige Marinade abgießen und die Kartoffelspalten auf die zwei Gemüsekörbe verteilen. Je 50 Gramm Butter in haselnussgroßen Flocken auf die Kartoffeln setzen, Korb und Alu-Tropfschale mit Alufolie fest verschließen.

### **Grillen**

Die Körbe auf den Grillrost stellen und bei mittlerer Hitze ca. 45 Minuten indirekt grillen.

### **Besondere Tipps**

Die Alufolienabdeckung in den letzten 10 Minuten von Korb und Alu-Tropfschale nehmen.

## Tomatengrillfeta

### Zutaten:

2 EL Olivenöl  
1 Knoblauchzehe  
1 Peperoni  
1 Zwiebel  
400 g Feta Käse in Folie  
Knoblauchöl  
Oregano  
Schwarzer Pfeffer  
20 schwarze, kernlose Oliven  
2 Artischockenherzen  
200 g getrocknete oder frische Tomaten  
Salz  
Thymian  
Alufolie

### Zubereitung:

Das Olivenöl mit der Knoblauchzehe verrühren. Die Peperoni waschen, die Zwiebel pellen und beides in Ringe schneiden. Den Feta Käse längs halbieren, so dass jede Scheibe nur noch halb so dick ist. Dann mit Knoblauchöl einpinseln und Scheiben einzeln auf ausreichend große Stücke Alufolie legen.

Den Käse mit Oregano und Pfeffer würzen. Verziert wird der Käse mit Peperoni, Zwiebelringen, Oliven und geviertelten Artischockenherzen.

Dann die Alufolie zuklappen und etwa 10 Minuten grillen. Die Tomate hacken, mit Thymian würzen und zum Käse reichen. Am besten schmeckt es mit Fladenbrot.

## **Würziger Buttermais**

### **Zutaten für 8 Portionen:**

1 l Milch  
100 g Butter  
2 TL Salz  
2 EL Zucker  
Pfeffer aus der Mühle  
4 frische, geputzte Maiskolben

### **Zubereitung:**

1. Milch mit Butter, Salz, Zucker und Pfeffer in einen Topf geben und mit 2 Liter Wasser auffüllen. Aufkochen.
2. Maiskolben quer halbieren und in den Topf geben. Hitze reduzieren. Mais 40 Minuten garen. Dabei durch Einstechen Garproben machen.
3. Kolben herausnehmen und zusammen mit dem anderen Gemüse 6-10 Minuten auf den Grill legen, bis die Stücke gar sind.

Zubereitungszeit: 45 Minuten.

## **Exotisches für den Wok**

## Asiatische Gambas

### Zutaten:

- 16 bis 20 geschälte Gambaschwänze
- Saft einer Zitrone
- 1 Tasse Weißwein
- 2 EL Sojasauce
- 2 EL Honig
- 1 EL unbehandelte, geriebene Zitronenschale
- Salz, Pfeffer
- 1/2 Tasse Sesamöl
- 1 zerhackte Knoblauchzehe
- 1 Bund frische, in Scheiben geschnittene Zwiebeln
- 2 Karotten in Scheiben geschnitten
- 1 Paprika in Scheiben geschnitten
- 1 TL 5-Gewürzmischung
- 1 TL Maisstärke
- 1 Messerspitze Glutamat



### Zubereitung:

Vermischen Sie die Gambas mit dem Zitronensaft, dem Weißwein, der Sojasauce, dem Honig und der Zitronenschale. Salzen, pfeffern und 1 Stunde marinieren lassen.

Erhitzen Sie das Öl mit dem Knoblauch im Wok, geben Sie die Gambas und das Gemüse hinzu und braten Sie alles bei starker Hitze an.

Vermischen Sie die Würzmischung und die Maisstärke mit der Marinade, geben Sie diese dann zum Wok und lassen Sie das Ganze köcheln.

Mit Basmati-Reis oder chinesischen Nudeln servieren. Weinempfehlung: Sancerre oder Pouilly, St. Véran, Tavel. Das Gericht hat pro Portion ca. 1400 Kcal.

## Siam-Krevetten

### Zutaten:

20 große Krevetten  
1 Orangensaft  
4cl Weißwein  
100g Butter  
1 Zitronengrasblatt  
20g frischer Ingwer  
1dl Kokosnussalkohol



### Für den Curry:

1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
2 kleine Peperoni  
1 TL schwarzer Körnerpfeffer  
2 TL Galanga  
1 TL Kurkuma  
1 TL Curry  
1 TL Salz  
1 unbehandelte Limette  
1 Bund Koriander  
2 EL Öl

### Zubereitung:

Die Currypaste:

Schälen Sie die halbe Limette und schneiden Sie die Schale in feine Stäbchen. Den Koriander waschen und anschließend die Blätter abzupfen.

Die Korianderblätter, die Zwiebel, die Limettenschale sowie den geschälten und geviertelten Knoblauch in einen Mixer geben. Die Gewürze dazugeben und so lange mixen bis daraus eine Paste entstanden ist. Den Ingwer schälen und reiben.

Im Wok (oder einem Topf) eine Butterflocke zusammen mit der Currypaste, dem Weißwein, dem Orangensaft, dem Ingwer und dem Zitronengras erhitzen. Für 2 Minuten aufkochen und abseits des Herds die restliche Butter untermengen. Warm stellen.

Die Krevetten schälen und für 2 Minuten dünsten. Zusammen mit der Soße servieren.

Reichen Sie dazu einen kräftigen Weißwein.

## Schweinefleisch süß-sauer

### Zutaten:

600 g Schweinefilet  
2 EL Sojasauce  
2 EL Pflaumensauce  
Salz  
gemahlener Pfeffer

### Teig:

200 g Mehl  
2 Tassen Weißwein  
2 Eigelb  
2 Eiweiß

2 EL Frittieröl  
1 gewürfelte Zwiebel  
1 gewürfelte, rote Paprika  
1 gewürfelte, grüne Paprika  
2 gewürfelte Ananasscheiben  
1/2 Tasse Ketchup  
1 Tasse Bratensaft  
1/2 Tasse Honig  
1/2 Tasse Essig  
1 Messerspitze Glutamat

### Zubereitung:

Waschen Sie das Schweinefleisch unter fließendem Wasser und lassen Sie es abtropfen.

Vermischen Sie in einer Schüssel die Sojasauce mit der Pflaumensauce. Schneiden Sie das Fleisch in feine Streifen, würzen Sie es mit Salz und Pfeffer und legen Sie es dann in die Schüssel mit der Marinade. 2 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

### Teig:

Geben Sie das Mehl, den Weißwein und das Eigelb in eine Schüssel und vermischen Sie das Ganze zu einer homogenen Masse.

Schlagen Sie das Eiweiß zu festem Eischnee und mischen Sie es unter die Masse.

Legen Sie die Fleischstreifen in die Teigmasse.

Erhitzen Sie das Öl im Wok. Braten Sie die Fleischstreifen darin knusprig braun an. Herausnehmen und warmstellen.

Frittieren Sie das Gemüse, geben Sie dann die Ananas hinzu und erhitzen Sie die Zutaten leicht.



Bereiten Sie die Sauce zu, indem Sie das Ketchup, die Bratensauce, den Honig, den Essig und das Glutamat vermischen. Geben Sie diese Sauce zu dem Gemüse und lassen Sie das Ganze köcheln.

Mischen Sie das Fleisch unter und lassen Sie alles nochmals 5 Minuten köcheln. Mit Basmati-Reis oder chinesischen Nudeln servieren.

Weinempfehlung: Sancerre, Pouilly, St. Véran, Tavel, Bandol, Saumur, Champigny.



## Chinafisch süß-sauer

### Zutaten:

600 g Steinbeißerfilet  
400 g Lauch  
250 g Ananasstücke aus der Dose, ohne Zuckerzusatz  
180 g Bambussprossen aus der Dose  
100 g Cashewkerne  
2 Orangen  
40 g Speisestärke  
2 EL Tomatenmark  
7 EL Öl  
2 EL Essig  
1/2 TL Cayennepfeffer  
Salz

### Zubereitung:

Das Steinbeißerfilet würfeln. Den Orangensaft, das Tomatenmark, den Essig, die Stärke, den Cayennepfeffer und das Salz verrühren und den Fisch darin **45 Minuten marinieren**.

Den Bambus, die Ananas und den Fisch abtropfen lassen. Die Fisch-Marinade aufbewahren.

Den Lauch in Ringe schneiden. Die Cashewkerne ohne Fett im Wok anrösten und herausnehmen.

3 EL Öl stark erhitzen und den Fisch darin 3 Minuten von allen Seiten anbraten. Herausnehmen. Nacheinander Bambus, Ananas und Lauch im übrigen Öl anbraten.

Alles im Wok mit der Marinade mischen und kurz aufkochen lassen.

Reichen Sie dazu Reis.

## **Jambalaya**

### **Zutaten:**

250 g Reis  
300 g Schweinegeschnetzeltes  
2 Frühlingszwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
1 grüne Paprika  
7 dl Hühnerbrühe  
100 g Krevetten  
1 Limette  
50 g Schinken  
50 g Cashewnüsse  
1 EL grünes Paprikapulver  
1 Gewürznelke  
Pfeffer, Cayennepfeffer  
etwas Petersilie

### **Zubereitung:**

Bereiten Sie das Gemüse vor: Die Zwiebeln in feine Ringe schneiden, den Knoblauch hacken, die Paprika würfeln.

In einem großen Topf oder einem Wok das Öl erhitzen und das Schweinegeschnetzelte darin von allen Seiten anbraten. Die Zwiebeln, den Knoblauch, die Paprika und das Paprikapulver dazugeben. Mischen und mit Pfeffer aus der Mühle und Cayennepfeffer abschmecken. Mit 2 dl Brühe ablöschen, abdecken und für 20 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen.

Den Reis sowie die restliche Brühe dazugeben. Umrühren, abdecken und für weitere 10 Minuten kochen lassen.

Die Krevetten dazugeben und ohne Deckel nochmals 10 Minuten kochen lassen. Währenddessen die Cashewnüsse ohne Fett in einer Pfanne rösten. Die Nüsse herausnehmen und den in feine Scheiben geschnittenen Schinken hineingeben.

Den Reis auf den Tellern platzieren und mit den Cashewnüssen, den Schinkenscheiben und den Limettenscheiben umranden. Mit ein paar Petersilieblättern dekorieren.

## Chinesischer Hackfleischartopf

### Zutaten:

250g Hackfleisch  
250g Pute-/Hühnchenbrust  
1 Chinakohl  
2 Paprika  
1 Glas Mungobohnenkeimlinge  
1 Bund Frühlingszwiebeln  
1 Gemüsezwiebel  
3-5 Knoblauchzehen  
6 EL Sojasauce  
400 ml Gemüsebrühe  
2-3 TL Distel oder Olivenöl  
(eventuell frischer Ingwer)

### Zubereitung:

Fleisch, Paprika und Kohl in mundgerechte Stücke schneiden. Frühlings- und Gemüsezwiebeln fein schneiden.

Knoblauch fein zerhacken und in einer kleinen Schüssel mit der Sojasauce bedecken. Ca. 1 TL Salz und 1 TL Pfeffer dazu geben und ziehen lassen.

Putenfleisch im Wok anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.

Das Hackfleisch anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Soja/Knoblauchmischung auf das Fleisch geben und alles ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen.

Zwiebeln, Mungobohnenkeimlinge und Paprika hinzugeben und alles unter ständigem Rühren weitere 5 Minuten ziehen lassen.

Die Brühe zu der Mischung hinzufügen, verrühren und den Eintopf nochmals 5-10 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Den Kohl hinzugeben und ihn kurz Flüssigkeit ziehen lassen. Eventuell noch mit Ingwer, Salz und Pfeffer abschmecken und fertig!

## **Thai-Rindfleisch-Brokkoli-Pfanne**

### **Zutaten:**

500/600 g Rindfleisch  
1 Kopf Brokkoli (ca. 500g)  
2 EL Austernsauce  
3 EL Sojasauce  
etwas Öl  
1/2 Teelöffel Knoblauchöl (aus dem Asia-Laden)

### **Zubereitung:**

Rindfleisch in Streifen schneiden. Brokkoli säubern und klein schneiden.

Öl im Wok oder einer Pfanne erhitzen. Rindfleisch medium anbraten. Brokkoli hinzufügen und dünsten.

Rindfleisch dabei durchbraten. Sojasauce, Austernsauce und Knoblauchöl hinzugeben. Häufig wenden. Fertig.

Servieren Sie das Gericht zu Reis. Variieren Sie die Menge der Soja- und der Austernsauce je nach Geschmack.

## Tofu süß-sauer

### Zutaten:

2 Selleriestangen  
1 Karotte  
1 grüne Paprika, entkernt  
75 g Zuckererbsen  
2 EL Öl  
2 Knoblauchzehen, zerdrückt  
8 Babymaiskolben  
125 g Bohnensprossen  
450 g Tofu, gewürfelt  
Reis zum Servieren

### Sauce:

2 EL hellbrauner Zucker  
2 EL Weinessig  
220 ml Gemüsebrühe  
1 TL Tomatenmark  
1 EL Speisestärke

### Zubereitung:

Den Stangensellerie mit einem scharfen Messer in dünne Streifen schneiden, die Karotten in Stifte schneiden, die Paprika würfeln und die Zuckererbsen schräg halbieren.

Das Öl im vorgewärmten Wok bis zum Rauchpunkt erhitzen. Die Hitze leicht reduzieren, Knoblauch, Karotten, Paprika, Stangensellerie, Zuckererbsen und Mais zugeben und 3-4 Minuten pfannenrühren.

Bohnsprossen und Tofu zugeben und 2 Minuten pfannenrühren.

Für die Sauce Zucker, Weinessig, Brühe, Tomatenmark und Speisestärke gut vermischen. Die Mischung in den Wok einrühren, zum Kochen bringen und unter ständigem Rühren garen, bis die Sauce eingekocht und klar ist. 1 weitere Minute garen. Mit Reis oder Nudeln servieren.

Handhaben Sie den Tofu behutsam, damit er beim Rühren und Schwenken nicht zerfällt.

## **Rotkohl aus dem Wok**

### **Zutaten:**

1 Rotkohl (klein)  
3 Orangen  
2 Esslöffel Rotweinessig  
Salz und Pfeffer  
4 Schalotten  
2 Esslöffel Schweineschmalz  
Sahne nach Geschmack und Waage  
gut 200 Gramm Gorgonzola

### **Zubereitung:**

Den Rotkohl putzen, vierteln und in feine Stücke schneiden.

2 Apfelsinen auspressen, den Saft mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken und den Rotkohl darin 20 Minuten lang marinieren.

Die Schalotten fein schneiden, die dritte Apfelsine schälen, filetieren und die Filets halbieren. Den Rotkohl nun wieder abtropfen lassen und den Saft auffangen.

Den Wok erhitzen, das Fett zerlassen und den Rotkohl portionsweise darin anbraten. Die Zwiebeln und den Saft zufügen und alles 8 Minuten zugedeckt schmoren lassen.

Nun die Sahne unterrühren, die Orangenfilets und den Käse darauf verteilen, vorsichtig unterheben und den Käse schmelzen lassen.

Dazu passen Butterbrote/Brötchen.

## **Gambas "Especial"**

### **Zutaten:**

Mindestens 350 ml Olivenöl

300 g Zwiebeln in Streifen geschnitten (nach Bedarf und Geschmack auch mehr)

5-10 Knoblauchzehen (nach Geschmack)

Salz

ca. 600 g Hummerkrabben / Scampis / Kings Prawns ohne Schale

5 - 10 Piri-Piri Schoten (nach Geschmack - sehr scharf!!!)

1 Lorbeerblatt

frische Rosmarinnadeln (ca. 1 Stängel)

Eventuell etwas Basilikum

Salz

### **Zubereitung:**

Olivenöl im Wok sehr heiß werden lassen. Zwiebelstreifen zugeben und 1 Minute darin anbraten.

Geschälten und zerdrückten Knoblauch, (gesalzene) Hummerkrabben sowie Piri-Piri, Lorbeerblatt, Rosmarin (und Basilikumblätter) hinzufügen.

Unter Wenden dünsten, bis die Krabben schön fest sind.

Etwas abkühlen lassen und mit Baguette/Ciabatta servieren.

## **Krabbenpfanne mit Glasnudeln**

### **Zutaten (für 2 Personen):**

100 Gramm Glasnudeln  
150 Gramm Staudensellerie (wenn ohne, mehr Möhren oder Lauch nehmen)  
150 Gramm Möhren  
2 Frühlingszwiebeln  
1 Esslöffel Sojaöl  
200 Gramm geschälte Krabben  
1 Esslöffel trockener Sherry  
2 Esslöffel Sojasauce  
200 ml Gemüsebrühe  
1 Knoblauchzehe (nach Geschmack)

### **Zubereitung:**

Die Nudeln mit kochendem Wasser übergießen, 5 Minuten ziehen lassen. In ein Sieb schütten und kalt abschrecken. Mit einer Küchenschere in mundgerechte Stücke schneiden.

Öl in großer Pfanne oder Wok erhitzen, Knoblauchzehe in die Pfanne pressen.

Gemüse waschen, putzen, kleinschneiden und unter Rühren einige Minuten braten. Glasnudeln und Krabben dazugeben, erhitzen

Aus Brühe, Sojasauce und Sherry eine Soße mischen und damit ablöschen. Gut durchrühren und noch ein wenig durchziehen lassen.



## **Nasi Goreng mit Lachs**

### **Zutaten (für 4 Personen):**

4 Lachsschnitzel (auch tiefgefrorene)  
4-8 Karotten (je nach Größe)  
1 Bund Frühlingszwiebeln  
50-100 Gramm Zuckererbsen  
4 Tassen Basmati-Reis  
Sambal Oelek (sehr scharf!)  
Ketshab manis (javanesische Sojasauce)  
Salz  
Kurkuma (gemahlen)  
Butter  
Erdnussöl

### **Zubereitung:**

Den Reis mit sehr heißem Wasser gründlich waschen und gut abtropfen lassen.

Butter in einem Topf schmelzen und den Reis mit Salz und Kurkuma darin leicht anbraten. Mit kochendem Wasser übergießen, bis etwa einen Zentimeter über den Reis. Nicht mehr umrühren, kleinste Flamme und Deckel drauf, bis er fertig ist. Leicht abkühlen lassen!

Lachsschnitzel in großzügige Würfel schneiden, im Wok in sehr heißem Erdnussöl braten, dann die Karotten (in Scheibchen) dazugeben, danach die Frühlingszwiebeln (in Ringen) und kurz darauf die halbierten Zuckererbsen-Schoten dazutun. Immer fleissig umrühren, damit nichts anbrennt.

Nun würzen mit etwas Salz und etwa 1-2 Kaffeelöffeln Sambal Oelek. Nach und nach den fertigen Reis unter ständigem Rühren leicht mitbraten (Flamme evtl. jetzt kleiner stellen) und zum Schluß mit reichlich Sojasauce übergießen.

## **Ananas-Rindfleisch**

### **Zutaten:**

550 Gramm Rinds-Rouladen  
350 Gramm frische Ananas (ersatzweise Dosenananas)  
40 Gramm Palmin  
100 ml Rotwein  
400 ml Rinderfonds  
(3 Esslöffel Dosen-Ananassaft)  
3 Esslöffel Mehl  
Salz und Pfeffer  
Mandelblättchen

### **Zubereitung:**

Die Rouladen mit Küchenpapier trockentupfen und in 1 cm breite, mundgerechte Streifen schneiden.

Die Ananas gut abtropfen lassen und dabei den Saft auffangen. Wer frische Ananas verwendet, kann die 3 Löffel Ananassaft durch einen Fruchtsaft - am besten Johannisbeersaft - ersetzen.

Rinderfond, Saft und Wein in einem Gefäß bereit stellen.

Im Wok zuerst das Fett erhitzen, dann die Ananaswürfel darin anbräunen, wieder aus dem Fett heben und beiseite stellen.

Nun das Rindfleisch von allen Seiten gut anbraten, salzen und mit Mehl bestäuben.

Danach das Rinderfondgemisch unterrühren und 10 Minuten im geschlossenen Wok schmoren lassen.

Schließlich alles noch einmal gut durchrühren, notfalls noch etwas Wein zufügen, den Wok ausschalten und die Ananas unterrühren. Zuletzt mit Mandelblättchen bestreuen und servieren.

Dazu paßt natürlich ganz hervorragend Reis.

## **Balsamico-Huhn**

### **Zutaten:**

200 Gramm frische Keimlinge (oder aus dem Glas)  
ca. 10 Radieschen  
1 Birne  
5-7 kleine Wurzeln (Karotten oder Mohrrüben)  
Ingwer (frisch oder gemahlen)  
1 Stange Lauch  
2-3 Knoblauchzehen  
reichlich Curry  
ca. 500 Gramm in Streifen geschnittenes Hühner- oder Putenfilet

### **Für die Marinade:**

100 ml Balsamicoessig  
150 ml Ketjap Manis (Sojasauce)  
1-2 Esslöffel Honig

### **Zubereitung:**

Die zerkleinerten Gemüsezutaten und das Fleisch ca. 24 Stunden marinieren.

Etwas Öl im Wok (oder einer Pfanne) erhitzen und alles ungefähr 15-20 Minuten schmoren lassen.

Mit weißem Reis oder Mie-Nudeln servieren.

## Entenwürfel mit Früchten

### Zutaten (für 2 Personen):

300 Gramm Entenfleisch (würfeln)  
Salz  
100 Gramm Mehl  
1 Ei  
75 ml Weißwein  
Fett oder Öl zum Ausbacken

### Für die Marinade:

75 ml Reiswein (oder Sherry)  
2 Esslöffel Sojasauce  
1/2 TL Fünf-Gewürze Pulver  
1 Esslöffel Hoisinsauce

### Für die Sauce:

4 Frühlingszwiebeln (in kleine Scheiben schneiden)  
je 1/2 rote und grüne Paprika (würfeln)  
je 50 g Lychees und Ananasstücke  
1 Esslöffel Sesamöl zum anbraten  
1/8 l Geflügelbrühe  
1 Esslöffel Tomatenmark  
einige Tropfen Chiliöl und Essig  
Maisstärke zum Binden  
frisch gemahlener Pfeffer

### Zubereitung:

Das gewürfelte Entenfleisch 45 Minuten in Salzwasser garen, wenig salzen und 20 Minuten in der Marinade ziehen lassen.

Mehl, Weißwein und Eigelb (evtl. etwas Wasser) zu einem flüssigen Teig rühren, das steif geschlagene Eiweiß unterziehen, Fleischwürfel darin wenden und im heißen Fett ausbacken, warmstellen.

Gemüse und Früchte nacheinander im Sesamöl kurz anbraten. Brühe, Tomatenmark und den Rest der Marinade zugeben, aufkochen, abschmecken und mit der Stärke binden.

## Chinesische Hähnchenfilets

### Zutaten (für 2-3 Personen):

400-500 Gramm Hähnchenfilet  
frischer Ingwer  
1 Tasse helle chinesische Sojasauce  
3-6 Knoblauchzehen  
2 Esslöffel Essig (Reisessig oder Balsamico)  
2 Teelöffel Zucker  
Salz  
4 Esslöffel Rotwein  
Schalotten  
Paniermehl  
1 Ei  
frischer Broccoli  
Basmati- oder Thai-Reis

### Zubereitung:

Da die Sauce einige Zeit ziehen muss, empfiehlt es sich, diese ca. 3 Stunden vor der Mahlzeit zuzubereiten. Knoblauch fein hacken, Ingwer in ca 20-30, etwa 2 cm lange und 2x2 mm Streifen schneiden.

Sojasauce, Wein, Essig, Salz (abschmecken), Zucker, Knoblauch und Ingwer in einer Schale vermengen und ca. 2-3 Stunden an einem kühlen Ort ziehen lassen.

1 Teil Reis mit 2 Teilen Wasser in einen Topf geben und ca. 30 Minuten quellen lassen. Dann bei geschlossenem Deckel 5 Minuten auf hoher Flamme aufkochen, Temperatur auf kleinste Stufe schalten und weitere 5 Minuten köcheln. Topf von der Flamme nehmen und weiterhin geschlossen 10 Minuten ruhen lassen.

Broccoli in mundgerechte Stücke zerteilen und kurz dünsten.

Die Hähnchenfilets in finger- bzw. daumengroße Stücke schneiden und mit Ei und frischem zerbröseltem Toastbrot panieren.

Dann in einem Wok genügend geschmacksneutrales Pflanzenöl mit einem guten Schuß Sesamsamenöl erhitzen, bis es leicht zu rauchen beginnt. Die Hähnchenfilets goldbraun frittieren und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Vor dem Servieren noch hauchdünn geschnittene Schalottenringe in die kalte Sauce geben.

## Hähnchen thailändisch

### Zutaten:

500 Gramm Hähnchenbrust  
chinesische Würzzubereitung  
5-Gewürz-Pulver  
dunkle Sojasauce  
1 Glas Bambussprossen  
1 Glas Sojasprossen  
2 Paprika (Farbe egal)  
frische Champignons (soviel man mag)  
1 Stange Lauch  
rote Currypaste  
Sambal Oelek  
1 Dose Kokosmilch

### Zubereitung:

Fleisch in Streifen schneiden, im Wok anbraten, mit Gewürzen abschmecken und mit Sojasauce ablöschen.

Bambus- und Sojasprossen abgießen und in den Wok schütten, Paprika in größere Würfel schneiden, Champignons halbieren, Lauch in Streifen schneiden und mit in den Wok geben. Gut vermischen und solange braten, dass das Gemüse noch bissfest bleibt.

Mit Kokosmilch abgießen, aufkochen lassen, einen Esslöffel rote Currypaste dazugeben, gut vermischen und nochmals aufkochen lassen. Bei Bedarf und nach Geschmack mit Sambal Oelek nachwürzen.

## Hähnchen süß-sauer

### Zutaten:

- 4 Hähnchenbrustfilets
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Dose Ananas in Stücken - 260 Gramm Ananasfleisch
- 1 Glas Bambusschößlinge
- 4 Esslöffel helle Sojasauce
- 2 Esslöffel Honig
- 2 Esslöffel Speisestärke
- 3 Esslöffel Öl
- 4 Esslöffel trockener Sherry
- 3 Esslöffel Essig (im Idealfall Reissessig - oder Weißweinessig)

### Zubereitung:

1 Esslöffel Honig mit je 2 Esslöffeln Sherry und Sojasauce und zuletzt dem Stärkepulver verrühren.

Die Hähnchenfilets kalt abwaschen, trockentupfen, alles abschneiden, was man nicht essen mag und den Rest in mundgerechte Häppchen schneiden. Das Hühnerfleisch nun in die eben zubereitete Honigsauce mischen.

Die Lauchzwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Die Ananas zum Abtropfen in ein Sieb geben, dabei aber ca. 3 Esslöffel vom Saft für die Sauce auffangen.

Die Bambusschößlinge ebenfalls abtropfen lassen und evtl. noch in feine Streifen schneiden.

Den restlichen Honig mit dem Ananassaft und dem restlichem Sherry sowie der Sojasauce mischen.

Im Wok Öl erhitzen und nun das Hühnerfleisch portionsweise anbraten und beiseite stellen.

Wenn alles Fleisch angebraten wurde, Lauchzwiebeln, Ananas und Knoblauch anbraten. Wenn die Lauchzwiebeln richtig sind, die Bambusschößlinge dazugeben, die Sauce darüber gießen und zuletzt das Fleisch wieder unterheben.

Dazu paßt natürlich Basmati-Reis.