

Geniessen und entdecken

# SOMMERLICHES GRILL-VERGNÜGEN

Es brutzelt auf Balkonen, Terrassen, in Gärten, an Flüssen, am See, auf Wiesen, an Waldrändern und überall dort, wo man sich in der Schweiz gerne aufhält, denn es ist Sommer und damit Grillzeit!

Von Lukas Gerber

Na ja, grillen können wir Menschen schon länger als kochen, denn schliesslich waren wir zuerst Jäger und erst später Bauer, d.h. wir haben unsere Nahrung viele tausend Jahre über bzw. am Feuer gebraten und erst später, als wir lernten Getreide an zu bauen, mussten wir diese Nahrungsmittel kochen. Man könnte also behaupten, das Grillen liegt uns in den Genen. Allerdings, wenn man so direkt vor einem Grillabenteuer steht, hat man immer ein paar Fragen, die man lieber vorher beantwortet haben möchte als danach, denn schliesslich liegt uns das Wohl der Gäste wie auch unser eigenes sehr am Herzen.

## Welcher Grill ist der Richtige?

Auf diese Frage gibt es keine eindeutige Antwort, denn es ist eine Frage des Typus.

Da gibt es die Anhänger vom Holzfeuer. Dafür muss man erst einmal Holz sammeln, die Feuerstelle einrichten und sichern und dann das Feuer entzünden, reichlich Holz abfeuern und geduldig auf die Glut warten, an der das Bratgut dann geröstet wird. Anzündhilfen und andere Hilfsmittel sind bei den Freifeuerstellen verpönt, schliesslich war man ja in der Pfadi. Die meisten im Freien vorzufindenden öffentlichen Feuerstellen verfügen nicht über einen Rost, deshalb wird hier das Grillgut auf frische Haselruten gespiesst und so über die Glut gehalten, gewendet und gedreht, bis es fertig zum Verzehr ist. Diese Art zu grillen ist abenteuerlich und weckt in uns wieder den Jäger und Sammler von damals.

Da gibt es aber noch die Holzkohlen-Grille, eine echte Fangemeinde. Man braucht dafür einen Grill, davon gibt es hunderte Sorten, eiförmige, säulenartige, röhrenartige und vieles mehr. Wir haben ein paar ganz besondere Schweizer Grillhersteller getestet und empfehlen vier davon wärmstens (aus Seite..... in diesem Artikel). Nebst dem Grill braucht es Holzkohle. Davon gibt es auch verschiedene Sorten. Wir können Kohle aus Buchenholz sehr empfehlen, darin wird die Wärme optimal gespeichert. Für den Holzkohlegrill verwendet der Profi einen Anzündkamin, das ist praktisch, sauber und unproblematisch. Einfach den Anweisungen des Geräteherstellers folgen und dann klappt das auch! Andere Anwender schwören auf die Knüll-Technik, dabei wird zunächst Zeitungspapier geknüllt und in den Grill gelegt, darüber kommt eine Schicht Hölzchen, dann zündet man das Ganze an und wartet bis das Holz Feuer fängt. Nun gibt man eine erste Schicht Kohle über das Feuer. Dann, sobald die erste Schicht Kohle glüht, fügt man den Rest der Kohle dazu und freut sich, dass es wieder einmal funktioniert hat. Ach ja, nicht vergessen Luft zu

zuföhren, also tüchtig wedeln oder den Blasebalg verwenden.

Bei beiden Methoden muss man warten können, denn es braucht ca. eine Stunde, bis die Glut so weit ist, dass man grillen kann. Man erkennt den richtigen Zeitpunkt, wenn die Kohle weiss wird.

Gas-Grill wiederum ist genau richtig für Ungeduldige, denn man braucht hier nicht lange zu warten, bis die Hitze optimal ist. Auch Elektro-Grills sind praktisch, hier entwickelt sich die Hitze aber nicht ganz so stark wie beim Gas-Grill, d.h. es dauert etwas länger bis das Grillgut fertig ist.

## Grilltipp 2

### Welches Fleisch ist gut zu grillen?

Jedes Fleisch kann gegrillt werden, aber Achtung, ist das Fleisch sehr fettig, entzünden sich schnell Flammen und das Grillgut kann verbrennen.pro Person.

## Grilltipp 3

### Wann ist ein Fleischstück gar?

Dafür die Druckprobe einsetzen. Mit dem Finger auf das betreffende Fleischstück drücken. Das Grillgut sollte so nachgeben, wie wenn sie mit dem Finger auf den eigenen Daumenballen drücken. Etwas elastisch also.

## Grilltipp 1

### Wieviel Fleisch braucht es pro Person?

Je nachdem, was man dazu serviert, braucht es zwischen 150 bis 300 g Fleisch pro Person.

### Grillen für Fleischfans

Egal welcher Grill eingesetzt wird, das wichtigste am Grillen ist die Temperatur. Wenn man Wert legt auf zartes Grillfleisch, dann unbedingt mit dem Barometer arbeiten.

Allgemeine Faustregel für Fleisch: dünnes Fleisch nah an der Glut nur kurz, ca. zwei Minuten pro Seite grillen, je dicker das Fleischstück ist, den Grillrost weiter oben platzieren und länger braten. Bei ca. zwei cm dickem Fleisch braucht es drei bis fünf Minuten pro Seite, bei dickerem Fleisch, etwa Entrecôte darf es dann schon mal sieben bis neun Minuten pro Seite dauern.

Falls der Grill einen Deckel hat, diesen unbedingt während des Grillvorgangs schliessen, das behält die Wärme auf Topniveau.

Und jetzt kommt's: die Vorbereitung und die Nachbereitung des Grillguts ist sehr wichtig!

Wenn man das Fleisch vorher mariniert, dann möglichst drei Stunden vorher, besser über Nacht ziehen lassen. Eine halbe Stunde vor Grillbeginn das Fleisch aus dem Kühlschrank holen und gut abwischen, denn das Gewürz auf der Oberfläche verbrennt in der Hitze, das kann schädlich sein oder unangenehm schmecken. Die Marinaden-Gewürze hatten ja genug Zeit, ins Fleisch ein zu dringen, das reicht für ein schmackhaftes Grillgut. Ist es doch zu wenig, erst nach dem Grillen, wenn das Fleisch noch einen Moment ruht nachwürzen z.B. Pfeffer. Ja, das stimmt schon, auch wenn der Hunger gross ist, das Fleisch in Alufolie gewickelt nach dem grillen noch ein paar Minuten stehen lassen.

## Gemüse grillen

Besonders gut fürs Grillen eignen sich Zucchini, Paprika, Zwiebeln, Knoblauchzehen, Champignons und Maiskolben. Gemüse braucht nicht die gleiche Hitze wie Fleisch, deshalb das Gemüse etwas weiter oben oder am Rand des Grillrostes platzieren.

Besonders gute Resultate erreicht man, wenn man für Gemüse in Grillpfännchen oder Aluschalen grillt.

Auch Gemüse kann man marinieren, dafür Gemüse in gewünschte Grösse schneiden, mit etwas Olivenöl und z.B. gepressten Knoblauch beträufeln, alles gut mischen und mindestens ein bis zwei Stunden ziehen lassen. Maiskolben lassen sich auch mit den Blättern gut grillen, dann verbrennen nämlich die feinen Körner nicht, sondern nur die Blätter.

Wer gerne Halumi grillt, oder auf Tofu Würstchen steht, auch hier gilt: weniger Hitze ist besser!

## Fisch grillen

Fisch, Krustentiere und auch Sepia lassen sich wunderbar grillieren. Allerdings braucht Fisch weniger Hitze als Fleisch. Manche Grillprofis schwören auf Steinplatten, die über der Glut platziert werden und auf denen man, sobald sie heiss sind, den Fisch grilliert.

# START IN DIE SCHWEIZER GRILLSAISON

Wenn die Temperaturen steigen und die Abende länger werden, dann starten überall in der Schweiz die Grillvergnügen.

Heutzutage kommen dabei alle auf ihre Kosten, denn ein zünftiges Grillerlebnis ist nicht nur für Fleischliebhaber, sondern es begeistert immer mehr auch Vegetarier.

Doch was nützen alle Rezepte, wenn man keinen Grill hat!

Wir haben uns umgeschaut und für Sie ein tolles Angebot, für den perfekten Grillsommer zusammengetragen gefunden.

Da hat es für jedes Bedürfnis und Budget das Richtige dabei. Lassen Sie sich inspirieren und dem perfekten Grillabend steht nichts mehr im Wege!

**En Guete!**



## Holz Grill

Holz Grill zum indirekten Grillen aus rostfreiem und hitzebeständigem Stahl.

### Grilldaten

Durchmesser: 1 m  
 Höhe: ca. 80 cm  
 Gewicht: ca. 120 kg

**HUMMEL Landmaschinen GmbH**  
 Mitteldorfstrasse 39  
 5276 Wil/AG  
 Tel. 062 875 15 04  
 Fax 062 875 15 15  
 hummel@hummel-gmbh.ch

**Eigenbau Hummel!**



## Zitronen-Rosmarin-Kartoffeln

### Zutaten

- 500 g kleine Kartoffeln
- 2 Zitronen
- 3 Zweige Rosmarin
- 2 EL Olivenöl
- Pfeffer und Salz

### Zubereitung

Kartoffeln in etwas Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Achtung nicht überkochen, die Kartoffeln sollten nicht zerfallen. Die gekochten Kartoffeln abkühlen lassen und dann vierteln oder halbieren (je nach Grösse). Die Zitronen unter heissem Wasser abspülen und trockenreiben. Danach in Viertel schneiden.

Den Boden einer Aluschale leicht ölen. Die Kartoffeln zugeben. Von den Rosmarin-Zweigen die Nadeln abrupfen und über die Kartoffeln streuen. Die Zitronenstücke über den Kartoffeln leicht auspressen und die gepressten Zitronenteile zur Kartoffel-Rosmarinmischung zugeben. Jetzt noch etwas Öl über alles träufeln und im Grill knusprig garen. Nach dem grillen die Zitronen-Rosmarin-Kartoffelmischung noch mit etwas Pfeffer und Salz abschmecken.

Die knusprigen Kartoffeln eignen sich als Beilage oder für Vegetarier als Hauptmahlzeit. Die oben beschriebene Aprikosen-Sauce passt hervorragend zu Kartoffel und Fleisch.

## Grillfladen

### Zutaten

- ½ Würfel frische Hefe
- 200 ml warmes Wasser
- 400 g Mehl
- 50 ml Olivenöl
- Eine Prise Salz
- 1 Mozzarella

### Zubereitung

Hefe in etwas warmen Wasser auflösen. Mehl in eine Schüssel geben und mit dem Salz gut mischen. Jetzt eine Mulde in die Mitte drücken. Aufgelöste Hefe, Öl und restliches Wasser in die Mulde geben und alles mit den Händen gut durchkneten bis der Teig glatt wird. Zugedeckt an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen. Man kann den Hefeteig aber auch in einer Schüssel im Kühlschrank über Nacht gehen lassen, er entwickelt sich gleichgütig wie an der Wärme.

Mozzarella in kleine Würfelchen schneiden. Den fertigen Teig zusammen mit den Mozzarella-Würfelchen nochmals ordentlich durchkneten. Nun kann man den Teig in kleine Kugeln formen, langziehen und um ein Holzstäbchen winden und die Stangenbrote so grillen. Man kann aber auch den Teig flach wallen, ihn in Streifen schneiden und direkt so grillen. Achtung, dünne Fladenbrotstreifen brauchen nicht lange bis sie durch sind, werden sie zu dunkel, mit Alufolie abdecken.

Das knusprige Brot schmeckt sensationell zu jedem Grillgut und zu Salat.

## Feine Rezepte für eine Grill-Party

# SOMMERFEELING



Grillen macht Spass, ist gesellig und schmeckt gut! Wir sorgen für ein gelungenes Grillerlebnis mit unseren feinen Sommerrezepten.

Es hat für alle etwas dabei, für Vegetarier, Salatfans, aber auch für Fleischtiger. Für den richtig grossen Fleischhunger einfach unsere Rezepte mit ein paar Grillwürsten und ein paar Sparerips ergänzen.

## Pink-Salat

### Zutaten

- 3 rote Zwiebeln
- 2 -3 Zitronen
- 1 Halbe Wassermelone, gut gekühlt
- 1 Schafskäse
- Pfeffer, Salz
- Öl

### Zubereitung

Zunächst die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Die Zitronen pressen und den frischen Saft über die Zwiebelringe geben, alles gut mischen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Am anderen Tag die halbe Wassermelone in mundgerechte Stücke schneiden, mit den Zwiebelringen vermischen, Öl darüber träufeln, pfeffern und leicht salzen, alles mischen und dann den Schafskäse darüber bröckeln.

## Poulet-Schenkel an Aprikosensauce

### Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Saft einer Zitrone
- 1 EL Honig
- 6 reife Aprikosen

### Zubereitung der Sauce

Zwiebel schälen und fein würfeln. Knoblauchzehe ebenso schälen und fein hacken. Zunächst die Zwiebelwürfelchen in einer Pfanne auf dem Kochherd in Öl dünsten. Dann den Knoblauch zugeben und weiter dünsten. Inzwischen die Aprikosen entsteinen und in kleine Würfel schneiden. Diese Aprikosenwürfel zu den gedünsteten Zwiebeln/Knoblauch zugeben, den Saft einer frisch gepressten Zitrone und den Honig zuführen. Jetzt das Currypulver über die Masse streuen und alles ca. 5 bis 10 Minuten weich kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pfanne vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Etwas der Aprikosenmasse wegnehmen und beiseite stellen, wir brauchen sie um die Poulet-Schenkel zu marinieren.

Unter die abgekühlte Aprikosenmasse die Creme Fraîche rühren und die Sauce entweder warm oder gerne auch kalt zum Grillgut servieren.

- 2 EL Currypulver
- Salz, Pfeffer
- Etwas Öl zum dünsten
- 4 EL Sauerrahm oder Creme Fraîche
- Etwas Öl zum Anbraten

### Zubereitung Poulet-Schenkel

Die Poulet-Schenkel trocken tupfen, in einen Plastikbeutel stecken, die beiseite gestellte Aprikosenmasse (ohne Creme Fraîche) in den Beutel geben und alles gut mischen. Im Kühlschrank über Nacht ziehen lassen.

Am Grill-Tag die marinierten Poulet-Schenkel aus der Plastiktüte herausnehmen und gut abwischen. Sofort auf den vorbereiteten Grill geben und durchgaren.

Die Poulet-Schenkel zusammen mit der Aprikosensauce servieren, fertig ist eine feine, pikant süss-saure Sauce zu schmackhaftem, knusprigem Hühnerfleisch.

Das knusprige Brot schmeckt sensationell zu jedem Grillgut und zu Salat.

