

Dicke Bohnen-Dip

Cremige Saucen und Dips dürfen beim Grillen nicht fehlen. Dieser Dip aus heimischen Zutaten ist schnell und einfach zubereitet und eine überraschende Alternative zu Guacamole und Co.



Zutaten für 2 Portionen:

- 1 Gemüsezwiebel
- ½ Bio Zitrone
- 2 Knoblauchzehen
- 8 EL Olivenöl
- 240 g geschälte Dicke Bohnen (frisch oder tiefgekühlt)
- 10 g frischer Ingwer
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

- Zwiebel in grobe Scheiben schneiden und auf dem Grill anrösten.
- In der Zwischenzeit Zitronenschale abreiben und den Ingwer schälen.
- Die goldbraunen Zwiebelringe, Zitronenabrieb, geschälter Knoblauch, Öl, Bohnen und den Ingwer in einen Mixer geben und zu einer homogenen Masse verarbeiten.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rucola-Salat mit gegrillter Paprika und Feta

Frische und gegrillte Komponenten sorgen für Abwechslung in diesem sommerlichen Salat.



Zutaten für 2 Personen:

- 2 rote Paprikaschoten
- 60 g Walnüsse
- 4 EL Olivenöl
- 2 EL Rotweinessig
- 1 Spitzer Zitronensaft
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Honig
- 5 Handvoll Rucola
- 100 g Feta

Zubereitung:

- Paprika entkernen und vierteln, mit der Haut nach unten auf dem Grill bei direkter Hitze 12-15 Minuten grillen, bis die Haut schwarz ist.
- Walnüsse in einer Pfanne leicht anrösten.
- Die fertig gegrillten Paprikaschoten vom Grill nehmen, die verbrannte Haut abziehen und das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden.
- Für das Dressing Olivenöl, Rotweinessig, Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer gut verrühren.
- Rucola, Walnüsse, sowie gegrillte Paprika auf einem Teller anrichten, Feta zerbröseln und mit dem Dressing auf dem Salat verteilen

Grillgemüse mit Halloumi

Alles andere als langweilig ist diese Kombination verschiedener Gemüse und saftigem Grillkäse. Ein Grillgenuss, nicht nur für Vegetarier.



Die Mengenangaben sind zugeschnitten auf ein Gericht für 2 Personen.

Zutaten:

- 2 Chicorée
- 2 Halloumi (Grillkäse)
- 6 rote Zwiebeln
- 6 Champignons

Zubereitung:

- Chicorée halbieren und mit etwas Rapsöl beträufeln. Halloumi in Scheiben schneiden und mit dem Chicorée direkt auf den Grill legen.
- Zwiebeln schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Stängel der Champignons entfernen. Beides mit Rapsöl bestreichen und in einer Grillschale auf den Grill stellen.
- Wenn alles goldbraun ist, auf einem Teller anrichten, salzen, pfeffern und servieren.

Björns Marinade

Gekaufte Marinaden enthalten oft Zucker. Dass es auch ohne geht, beweist der Profikoch mit diesem Rezept. Für Geschmack sorgen Gewürze, Essig macht das Fleisch schön zart.



Zutaten für 450 ml Marinade:

- 2 Knoblauchzehen
- ½ Bio Zitrone
- 400 ml Rapsöl
- 3 EL Senf
- 3 EL Paprikatomatenmark
- 2 EL Balsamico
- 2 EL Pfefferschotenpulver
- ½ TL Piment
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

- Knoblauchzehen schälen und grob zerkleinern.
- Zitronenabrieb mit den restlichen Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Stabmixer zu einer cremigen Masse mixen.
- Wie lange das Fleisch mariniert wird, hängt von der Dicke des Fleisches ab. Bei einem Schweineschnitzel reichen 12-24 Stunden aus, um das Fleisch schön würzig zu machen, den Fleischgeschmack aber nicht zu überdecken.
- Vor dem Grillen sollten vor allem ölhaltige Marinaden abgetupft werden, damit die Marinade nicht in die Glut oder Flamme tropft.

Pulled Pork

von Markus Käufer

Die lange Garzeit bei niedriger Temperatur macht das Fleisch zart, saftig und intensiv im Geschmack.



Zutaten für 6-7 Burger:

- 2,5 kg Schweinefleisch vom Nacken oder Schulter
- 6-8 EL mittelscharfer Senf
- Für das BBQ-Rub:
 - 4 EL Paprikapulver süß
 - 2 EL Salzflocken
 - 2 EL brauner Zucker
 - 1 EL Chilipulver
 - 1 TL granulierter Knoblauch
 - 0,5 TL Senfpulver
 - 0,5 TL schwarzer Pfeffer
 - 0,5 TL Cayennepfeffer

Grillutensilien:

- Grill mit Temperaturanzeige
- Holzchips
- Fleischthermometer

Aufbau des Grills:

- Holzkohlebriketts am inneren Rand des Kugelgrills in einer Reihe auslegen. Sie ergeben einen Halbkreis.
- Die Holzchips werden darüber verteilt. An einem Ende der Briketts-Kette werden glühende Briketts hineingeschüttet, sodass sich die Briketts im Grill Stück für Stück über einen langen Zeitraum hinweg entzünden.
- Die Holzchips entzünden sich dann ebenfalls nach und nach und verleihen dem Fleisch das typische Raucharoma.

Zubereitung:

- Schweinenacken mit Senf bestreichen
- Die Zutaten für den BBQ-Rub gut vermengen und den Nacken damit einreiben
- Den Grill auf 110 °C einregeln und den Schweinenacken solange garen, bis die Kerntemperatur 93-95 °C beträgt. Das kann zwischen 12 und 16 Stunden dauern
- Das fertige Stück Fleisch vom Grill nehmen und noch etwa 10 Minuten ruhen lassen
- Mit zwei Gabeln das Fleisch zu feinen Fasern zerreißen und mit Coleslaw, bzw. Krautsalat und BBQ-Sauce auf einem Brötchen anrichten.

Coleslaw

von Markus Käufer

Coleslaw ist die amerikanische Variante unseres Krautsalats. Man kann ihn entweder als Beilage oder als Topping auf dem Burger essen.



Zutaten für 6-7 Burger:

- 500 g Weißkohl
- 4-5 TL Salz
- zwei Prisen Zucker
- 20 ml Buttermilch
- 8 EL Mayonnaise
- 2-3 EL Weißweinessig
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Senf
- 2 Karotten
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 0,5 TL Pfeffer

Zubereitung:

- Den Weißkohl hobeln oder sehr fein schneiden und über Nacht mit 3-4 TL Salz und einer Prise Zucker ziehen lassen
- Am nächsten Morgen den Kohl ausdrücken und von der abgesetzten Flüssigkeit trennen
- Das Dressing aus Buttermilch, Mayonnaise, Senf, Zitronensaft, Essig, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren
- Karotten raspeln und die Zwiebel in feine Ringe schneiden
- Kohl, Karotten, Zwiebel und Dressing vermengen und 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Brioche Buns (Burger-Brötchen)

von Markus Käufer

Wenn schon Burger selbst zubereiten dann richtig! Burgerbrötchen ähneln in Geschmack und Konsistenz einfachen Milchbrötchen.



Zutaten für 6-7 Buns:

- 500 g Mehl
- 150 g weiche Butter
- 60 ml handwarme Milch
- 50 g Zucker
- 40 g Hefe
- 4 Eier
- eine Prise Salz
- 1 Ei

Zum Bestreuen:

Sesam, Oregano, Mohn oder Parmesan

Zubereitung:

- Alle Zutaten miteinander vermengen und mit einem Handmixer für etwa 5 Minuten zu einem elastischen, glänzenden Teig kneten
- In eine bemehlte Schüssel geben und abgedeckt an einem warmen Ort für 30 Minuten gehen lassen
- Den Teig in acht Teile teilen, zu Kugeln formen und auf ein Backblech mit Backpapier legen
- Abdecken und weitere 30 Minuten gehen lassen
- Mit dem verquirlten Ei bepinseln und die Brötchen nach Belieben mit Sesamöl, Oregano, Mohn oder Parmesan bestreuen
- Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze für ca. 16 Minuten im vorgeheizten Backofen backen.