



TchiboCard  
Community



# Grill Zeit



*Liebes Community Mitglied,*

die Tage werden länger und die Temperaturen steigen. Das macht richtig Lust auf Sommer und ist für mich die perfekte Zeit, um im Garten zu Grillen und das Wetter zu genießen. Ich bin so gespannt auf deine tollen Rezepte rund um das Thema Grillen. Was landet bei dir auf dem Teller? Fleisch? Fisch? Kartoffelsalat? Saucen? Würstchen? Oder Gemüse? Verrate der Community und mir, was bei deinem Grillabend nicht fehlen darf.

*Dein Christian*



*Erhalte dein  
Badge Steruekoch*

Teile dein Lieblingsrezept  
und bekomme mind. 5 Likes



Mit etw. Glück kommst du ins  
Community Kochbuch



# UNSERE LIEBLINGSREZEPTE AUF EINEN BLICK

## Grillrezepte

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| Leichte gemischte Vorspeise .....                 | 1  |
| Mediterraner Spargelsalat.....                    | 2  |
| Schweizer Wurstsalat á la Rapunzel .....          | 3  |
| Pestoblume.....                                   | 4  |
| Hähnchenspieße mit Gurkensalat.....               | 5  |
| Grillpizza mit Ziegenkäse und Honigtomaten.....   | 6  |
| Couscous ~ Salat mit Granatapfel .....            | 7  |
| Flammlachs.....                                   | 8  |
| Gebratener Grüner Spargel mit Cherrytomaten.....  | 9  |
| Gegrillte Champignons.....                        | 10 |
| Orientalischer Couscous mit Tomate.....           | 11 |
| Bärlauch-Limetten-Chili-Butter.....               | 12 |
| Gegrillte Avacado mit Mangosalsa.....             | 13 |
| Grüner Spargel mit Kartoffeln im Ofen .....       | 14 |
| Champignons Deluxe.....                           | 15 |
| Gefüllte Grill- oder Backofen-Süßkartoffel .....  | 16 |
| Scharfe Curry-Kokos-Marinade .....                | 17 |
| Auberginensalat mit Minze und Zitrone.....        | 18 |
| Fusilli mit roter Bete vom Grill.....             | 19 |
| Nudelsalat mit Ruccola und Erbsen-Pesto.....      | 20 |
| Gegrillte Ananas.....                             | 21 |
| Grün geht „einfach“ immer.....                    | 22 |
| Gegrillte Aubergine mit frischem Minzjoghurt..... | 23 |
| Gefüllte Champignons.....                         | 24 |
| Bärlauchbutter.....                               | 25 |
| Gratinierter Fenchel.....                         | 26 |
| Vegetarische Spieße.....                          | 27 |
| Souvlakispiesse.....                              | 28 |
| Marinierter Lachs von der Zedernplanke.....       | 29 |
| Bratwurst mal anders.....                         | 30 |
| Grill-Bier-Hähnchen.....                          | 31 |
| Sommersalat mit gegrillter Entenbrust.....        | 32 |
| Melonensalat.....                                 | 33 |



# Leichte gemischte Vorspeise



## Zutatenliste

- Eichblattsalat in Stücke gezupft
- 1 Topf Basilikum
- 4-5 Tomate in Scheiben geschnitten
- 10 Grüne und 10 schwarze Oliven
- 4 Milde Peperoni
- 4 Eingelegte Weinbergblätter
- 1 Mozzarella
- 1 Schafskäse
- 1 Kresse (lila und grün)
- 1 Schnittlauchröllchen
- 1 Petersiele großblättrig
- 2 Mettwurst in Stücke
- 1 Packet Käse in Würfel
- Prise Salz/Pfeffer
- Saft einer halben Zitrone
- Öl
- Senf

## Und so wird's gemacht:

Salat, Tomaten, Basilikum waschen und in mundgerechte Stücke schneiden und zupfen. Mozzarella in Scheiben schneiden, Wurst und Käse schneiden.

Zitrone pressen und mit Öl, Salz, Pfeffer und Senf eine Vinaigrette zaubern.

In einer Auflaufform die Eichblattblätter auf dem Boden und über den Rand auslegen, darüber die Tomatenscheiben und den Mozzarella abwechselnd hochkant schichten.

Die restlichen Zutaten dekorativ über die Tomaten verteilen, mit der Vinaigrette beträufeln und danach die Kräuter drüber streuen.



# Mediterraner Spargelsalat



## Zutatenliste

- 1 Bund grüner Spargel
- 1-2 Zehen Knoblauch
- 1 Zwiebel
- 20 kleine Kirschtomaten
- 8 kleine Kartoffeln
- 10 ml Agavendicksaft
- 1 Löffel brauner Zucker
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

## Und so wird's gemacht:

Kartoffeln in kleine Spalten schneiden mit Olivenöl bedecken und mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würden. Für ca. 20 Minuten im Ofen backen. Anschließend zur Seite stellen. Knoblauch und Zwiebeln hacken und in einer großen Pfanne mit Olivenöl anbraten. Spargel in Stücke schneiden und hinzugeben. Tomaten halbieren und hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Agavendicksaft und Rohrzucker abschmecken. Anschließend die Kartoffeln hinzugeben und servieren.

Guten Appetit.

# Schweizer Wurstsalat à la Rapunzel



## Zutatenliste

- 200 g Lyoner oder Schinkenwurst
- 150 g Emmentaler
- 150 g Essiggurken
- Radieschen oder/und 2 Tomaten
- 1 Zwiebel
- 4 EL Essiggurkenwasser
- 3 EL Essig
- 2 EL Öl
- 1 EL Senf
- Salz, Pfeffer
- Schnittlauch

## Und so wird's gemacht:

Dressing für den Schweizer Wurstsalat zubereiten:

Essiggurkenwasser, den Essig, den Senf, das Salz und den schwarzen Pfeffer in einer großen Salatschüssel mit einem Schneebesen verrühren. Zuletzt das Öl hinzufügen und Dressing gut verquirlen.

Tipp: Salz sparsam verwenden, da die Wurst und der Käse bereits von sich aus salzig sind. Zudem kann gegebenenfalls beim Abschmecken des Wurstsalates am Schluss, falls nötig, noch Salz hinzugegeben werden.

Die Wurst für den Schweizer Wurstsalat in schmale Scheiben und anschließend in dünne Streifen schneiden.

Den Emmentaler ebenso in feine Stifte schneiden. Essiggurken zu kleinen Scheiben zerkleinern. Die gewaschenen Tomaten in Scheiben schneiden und diese noch einmal halbieren. Radieschen in Scheiben dazu geben.

Die Haut von der Zwiebel abziehen, anschließend diese in feine Ringe schneiden. Alle zerkleinerten Zutaten zum vorbereiteten Wurstsalat-Dressing in eine große Salatschüssel geben und gut miteinander vermischen. Am Schluss den Schweizer Wurstsalat noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gerne Schnittlauch über den Schweizer Wurstsalat geben.



## Zutatenliste

- -500g Weizenmehl (1050)
- - 1 Päckchen Trockenhefe
- - 250ml Wasser
- - 1/2 Teelöffel Zucker
- - 2 Teelöffel Salz
- - 50 ml Olivenöl
- - 1 Glas Pesto nach Wahl

## Und so wird's gemacht:

Das Wasser lauwarm erhitzen. Zucker darin auflösen und Trockenhefe einrühren. Diese Mischung in eine Mulde im Mehl geben und mit Mehl „abdecken“. Um die Mulde herum das Olivenöl geben, das Salz einstreuen und alles zu einem Teig verkneten bis er sich vom Schlüsselrand löst.

Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 45 Minuten ruhen lassen.

Den Teig kurz durchkneten und in drei gleich schwere Stücke aufteilen.

Alle drei Teile in drei gleich große Kreise ausrollen (Springform oder Backmatte mit eingezeichneten Kreisen können helfen).

Den ersten Teigkreis mit Pesto bestreichen, den zweiten darauf legen und ebenfalls mit dem Pesto bestreichen, dann den dritten Teigkreis auflegen.

In die Mitte des oberen Teigkreises ein Glas mit ca 6-8cm Durchmesser stellen und vom Glas aus den Teig in 16 Stücke schneiden (wie Kuchenstücke, nur nicht komplett durch die Mitte)

Jeweils zwei Streifen gegeneinander zweimal eindrehen und die enden ein wenig zusammen drücken.

Nochmals 15 Minuten ruhen lassen.





# Hähnchenspieße mit Gurkensalat



## Zutatenliste

2 Hähnchenbrust Innenfilets  
1 kleine Zucchini  
1 Stück Halloumi  
2 TL Gyros Gewürz z.B Smoking Zeus

### Gurkensalat

1 Schlangengurke  
1 Schalotte  
1/2 Bund Dill  
2 EL sweet Chili sauce  
1 EL Hellen Balsamico Essig  
1 EL Olivenöl  
Etwas Curry pulver  
Salz, Pfeffer und Zucker

## Und so wird's gemacht:

Die Hähnchen Innenfilets jeweils in drei Stücke schneiden und mit dem Gyros Gewürz würzen.

Die Zucchini waschen und mit dem Sparschäler 6 dünne Streifen runter schneiden.

Den Halloumi in 6 Stücke schneiden und jedes Stück mit einem Streifen Zucchini umwickeln.

Jetzt das Fleisch abwechselnd mit den Zucchini Käse Stücken auf Spieße stecken.

Für den Gurkensalat die Gurke schälen, entkernen und in Würfel schneiden.

Die Schalotte fein Würfeln.

Die sweet chili sauce zusammen mit dem Öl, Essig, Currypulver und Dill in eine Schüssel geben und gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Gurkenstücke und die Schalotten Würfel mit zu geben und etwas durchziehen lassen.

Die Hähnchenspieße auf dem Grill von beiden Seiten etwa 5 min grillen.



# Grillpizza mit Ziegenkäse und Honigtomaten



## Zutatenliste

- 200g Dinkelvollkornmehl
- 200g Dinkelmehl Type 1050
- 170ml lauwarmes Wasser
- 1/2 Würfel Hefe
- 1/2 TL Salz
- 1/2 Pck Ziegenkäse
- 1 Pck Frischkäse
- 50g Naturjoghurt
- 1 Handvoll Tomaten
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 EL Honig
- etwas frischen Oregano

## Und so wird's gemacht:

- 1- Aus Mehl, Wasser, Hefe und Salz einen Hefeteig kneten und für 45min gehen lassen.
2. Die Creme aus Ziegenkäse, Naturjoghurt und Frischkäse zubereiten. Dazu alles gut im Mixer pürieren. Beiseite stellen.
3. Den Flammkuchen in vier gleich große Portionen teilen, rund und dünn (nicht zu dünn) ausrollen und mit Creme bestreichen.
4. Knoblauch hacken und ihn und die Tomaten auf die Flammkuchen geben.
5. Mit Honig beträufeln und auf dem Grill für 5 bis 7min auf einem Pizzastein oder einem Grillteller (Unterlage - nicht auf dem Rost) grillen.

# Couscous ~ Salat mit Granatapfel



## Zutatenliste

Zutaten für 4 Personen :

300 g Couscous  
300 ml Gemüsebrühe  
2 TL Ras el Hanout  
1 Granatapfel  
1/3 Bund Minze  
1/3 Bund glatte Petersilie  
2 Frühlingszwiebeln  
4 EL frisch gepresster Zitronensaft  
Saft von einer BIO - Orange  
4 EL Olivenöl  
1 Spitzpaprika  
2 Tomaten  
Salz  
Harissa  
Granatapfelsirup

## Und so wird's gemacht:

Brühe über den Couscous gießen und ca. 10-15 Minuten quellen lassen.

Paprika und Tomaten waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden.

Gemüsebrühe mit Zitronensaft und Ras al Hanout vermischen. Den Granatapfel aufschneiden und die Kerne herausklopfen.

Frühlingszwiebeln, Minze und Petersilie putzen, waschen und fein schneiden.

Den fertigen Couscous noch einmal durchrühren und anschließend Paprika, Tomaten, Granatapfel dazugeben und Orangensaft, Olivenöl, Salz und Minze, ggf. noch etwas Ras el Hanout, Granatapfelsirup und Harissa vermischen und abschmecken. Vor dem Servieren mit Granatapfelkerne dekorieren.

Zum Abwandeln :

Wer mag, kann auch noch ein paar klein geschnittene, getrocknete Aprikosen oder Rosinen / Datteln oder Feigen hinzufügen.





## Zutatenliste

- Ihr braucht für 4 Personen
- 1 Lachsseite
- Odentlich Küstenkruste (Gewürzmischung) oder Rauchsatz und Pfeffer
- Honig-Senf-Dressing oder Graved-lachs Sauce
- Rucola
- 1 Tomate (ich hatte eine Ananas-tomate)
- 4 Rogenbrötchen oder andere rustikale Brötchen
- 1 Flammlachsbrett

## Und so wird's gemacht:

Etwa 2 Stunden vor der Zubereitung wascht ihr die Lachsseiten ab und tupft sie mit Küchenpapier trocken. Dann würzt ihr sie ordentlich mit der Küstenkruste oder einfach nur mit Rauchsatz und Pfefferkörnern und stellt ihn für zwei Stunden in den Kühlschrank. Ich hab die Bretter gewässert, muss man aber nicht unbedingt. Während der Lachs im Kühlschrank liegt macht ihr in einem Feuerkorb oder im Kugelgrill ein Lagerfeuer aus Buchen oder Birken Holz. Nach ca 20. Minuten sollte ausreichend Hitze vorhanden sein, um den Lachs zuzubereiten. Dafür ölt ihr die eine Seite des Flammlachsbrettes ein und legt die gewürzte Lachseite darauf. Jetzt befestigt ihr die Lachseite mit dem Spannrost am Brett und befestigt das Brett mit der Halterung an der Feuerschale oder am Grill. Achtet darauf, daß die Hitzequelle nicht zu nah am Brett positioniert ist, denn sonst ist der Lachs unten bereits gar und an der oberen Hälfte noch nicht durch. Daher sollte man das Feuer, bzw. die Glut etwas entfernt von der Halterung platzieren, so dass der Lachs möglichst gleichmäßig garen kann. Die Garzeit hängt stark von der Temperatur ab. Wenn man beispielsweise ein richtig ordentliches Feuer mit einem starken Glutbett in der Feuerschale gemacht hat, kann es sein, dass der Lachs bereits nach 15-20 Minuten fertig ist. Bei mäßiger Hitze kann es aber auch eine Stunde dauern. Auch die Entfernung vom Lachs zur Hitzequelle trägt maßgeblich zur Garzeit bei. Je näher der Lachs an der Hitzequelle ist, je eher ist fertig. Sobald Eiweiß-Austritt am Lachsfilet zu erkennen ist, sollte man ihn vom Feuer nehmen.



# Gebratener Grüner Spargel mit Cherrytomaten



## Zutatenliste

- 1 kg Grüner Spargel
- 3 Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- 500 g Cherrytomaten
- Pfeffer und Salz
- 2 Zweige Rosmarin
- Olivenöl für die Pfanne

## Und so wird's gemacht:

Spargel zu 1/3 Schälen und dann halbieren. Zwiebeln schneiden in Vierteln. Knoblauch mit einem Messer andrücken und die Schale entfernen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl hineingeben und den Spargel mit den Zwiebeln, Knoblauch und Rosmarin anbraten. Pfeffer und Salzen. Anschließend die Cherrytomaten hinzugeben und weiter anbraten bis der Spargel die gewünschte Konsistenz hat. Fertig und servieren!



# Gegrillte Champignons



## Zutatenliste

250 gr Braune Champignons  
3 Zehen Knoblauch  
Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
Petersilie  
Lauchzwiebeln

## Und so wird's gemacht:

Champignons putzen, halbieren (ganze gehen auch). Reichlich Olivenöl für die Marinade und Rest nach Geschmack. Für 1-2 Stunden marinieren lassen (noch besser über die Nacht).

Grillen auf den Spießen. Sehr lecker

# Orientalischer Couscous mit Tomate



## Zutatenliste

- 350 g Couscous
- \* Gemüsebrühe oder Wasser
- \* 1 EL Olivenöl
- \* 2 Zwiebeln
- \* 50 g Pinienkerne
- \* 2 Dosen gehackte Tomaten
- \* Je 1 Messerspitze Piment, Zimt und Koriander
- \* 1-2 TL Salz
- \* Pfeffer
- \* Datteltomaten zum Garnieren

## Und so wird's gemacht:

1. Couscous nach Anleitung auf der Packung mit Gemüsebrühe oder Wasser zubereiten und beiseite stellen.
2. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Die Zwiebeln würfeln und darin dünsten, bis sie glasig sind.
3. Pinienkerne hinzugeben und etwas anrösten, bis sie eine goldbraune Farbe annehmen.
4. Mit den gehackten Tomaten ablöschen. Piment, Zimt und Koriander unterrühren und bei mittlerer Hitze circa zehn Minuten einkochen lassen.
5. Couscous unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Belieben mit Datteltomaten garnieren.
6. Couscous warm oder kalt servieren - er passt hervorragend zu gegrilltem Gemüse und zu Fleisch mit würziger Paprikamarinade. Die zubereitete Menge reicht als Beilage für vier bis sechs Personen. Guten Appetit!





# Bärlauch-Limetten-Chili-Butter



## Zutatenliste

- 1 BUND frischen Bärlauch
- Saft von einer Limette
- Chili nach Schärfewunsch
- Meersalz

## Und so wird's gemacht:

Die Butter mit dem Limettensaft, dem Bärlauch und der Chili im Mixer vermengen, Salz einrühren und ab ins Gefrierfach. Schmeckt zu allem

# Gegrillte Avacado mit Mangosalsa



## Zutatenliste

- Avacado gerissen - 4 bis 5
- Mango - 500 g
- Gurke - 100 g
- Rote Zwiebel - 100 g
- Kirschtomaten - 50 g
- Jalepeno - 1
- Zitronensaft - 2 EL
- Zitronenschale - 1 EL
- Kreuzkümmelpulver - 1 TL
- Salz - 1 TL
- Korianderblätter gehackt - 1/4 Tasse
- Gehackte Minzblätter - 1/4 Tasse
- Olivenöl - 3 EL
- Pfeffer - wenige

## Und so wird's gemacht:

1. Mangos, Zwiebeln, Gurken, Jalepeno und Tomaten in kleine Stücke schneiden.

2. In eine Schüssel geben. Dann Zitronensaft, Zitronenschale, Koriander und Minzblätter hinzufügen. Fügen Sie auch das Salz und das

Kreuzkümmelpulver hinzu. Gut mischen und beiseite stellen. Ihre Salsa ist fertig

3. Die Avacados halbieren. Mit Olivenöl bestreichen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen. Wenn Sie möchten, streuen Sie auch einige Chiliflocken.

7-10 Minuten grillen.

4. Dann legen Sie einen Löffel Mango Salsa auf die Avacado.

5. Genießen Sie es, Ihre Avacado zusammen mit Mangosalsa zu essen.





# Grüner Spargel mit Kartoffeln im Ofen



## Zutatenliste

- 800 g Kartoffel klein und neu
- Salz
- Pfeffer schwarz, a.d. Mühle
- 8 EL Olivenöl
- 1 kg Spargel grün
- 2 Schalotte
- 2 EL Kapern eingelegt, aus dem Glas+ 2 EL Kapernsud
- 3 EL Rotweinessig
- 1 1/2 TL Honig mild, flüssig
- 2 TL Dijonsenf

## Und so wird's gemacht:

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Kartoffeln gründlich waschen, trocken tupfen, längs halbieren und auf einem Backblech verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit 4 EL Olivenöl beträufeln. Auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten backen, dabei zwischendurch einmal wenden.

Inzwischen den Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und das untere Drittel der Spargelstangen schälen. Die Spargelstangen in je vier Stücke schneiden und nach der Garzeit zu den Kartoffeln aufs Blech geben. Kartoffeln und Spargel zusammen weitere 10 Minuten garen, bis die Kartoffeln knusprig und goldbraun, die Spargelstücke gar und leicht gebräunt sind.

In der Zwischenzeit die Schalotten pellen und fein würfeln. Kapern abtropfen lassen und hacken. Schalotten, Kapern, Kapernsud, Essig, Honig, Senf, restliches Olivenöl, Salz und Pfeffer kräftig zu einer Vinaigrette verquirlen.

Das Backblech aus dem Ofen nehmen und die Vinaigrette über das Gemüse träufeln.

# Champignous Deluxe



## Zutatenliste

- Große Champignons
- Wachteleier
- Salz

## Und so wird's gemacht:

Champignons waschen und Stiel entfernen. Grill aufheizen. Erst Champignons mit Öffnung nach unten grillen, dann umdrehen, eine Prise Salz reinströmende und dann Wachtelei öffnen und in die Öffnung des Champignons geben. Ei hart werden lassen - fertig....

Perfekter Starter für Geniesser



# Gefüllte Grill- oder Backofen-Süßkartoffel



## Zutatenliste

- Für zwei Personen:
- 1 Süßkartoffel (wenn sie klein sind, gehen auch zwei)
- 30 g geriebenen Käse (Emmentaler oder anderer)
- Gewürzmischung aus Thymian, Salz Pfeffer, etwas Chili, etwas Ingwer, Paprikapulver, Muskat (wenn ihr habt, dann könnt ihr auch frischen Thymian nehmen)
- 1 Zehe Knoblauch
- (Ich habe die einfache Füllungsvariante gemacht, das lässt sich alles noch Toppen, ich werde am Schluss ein paar andere Füllungsvarianten beschreiben!!)
- Topping:
- 100 g Magerquark
- 1 EL Creme fraiche
- 2-3 EL gehackte Kräuter (z. B. Petersilie, Schnittlauch, Thymian)
- Kresse
- Salz, Pfeffer

## Und so wird's gemacht:

Zuerst wird die Süßkartoffel gewaschen und gut in Alufolie verpackt. Im vorgeheizten Ofen 200 Grad (Umluft: 180 Grad) oder im geschlossenen Kugelgrill für ca. 40-60 Minuten (je nach Größe der Süßkartoffel) backen/grillen. Beim Grill ist es wichtig die Kartoffeln immer wider zu wenden. Aufpassen, denn im Grill geht es erfahrungsgemäß schneller (zum prüfen, Folie öffnen und mit einem Zahnstocher in die Süßkartoffel picken, geht er leicht hinein, dann ist sie gar.)

Herausnehmen, kurz abkühlen lassen und der Länge nach halbieren. Das Innere mit einem Löffel herauskratzen, dabei aber einen Rand von ca. 1 cm stehen lassen. Die zwei Hälften mit der Alufolie in eine Auflaufform (am Grill in eine geeignete Grillform) stellen.

Das Fruchtfleisch mit der Gabel zerdrücken und mit den anderen Zutaten mischen. Wieder in die Kartoffel füllen und mit etwas geriebenen Käse bestreuen. Nun Überbacken bis der Käse oben langsam zerläuft und leicht braun wird.

Für das Topping den Quark mit dem Creme fraiche und den gehackten Kräutern verrühren und gut würzen. Dann auf die Süßkartoffeln geben. Mit Kresse bestreut servieren.

Fertig.



# Scharfe Curry-Kokos-Marinade



## Zutatenliste

- 1 rote Chilischote
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 TL Curry
- 2 EL Kokosmilch (fettreduziert)
- 1 1/2 EL Wasser
- Salz, Pfeffer

## Und so wird's gemacht:

Chilischote längs halbieren und Kerne entfernen. Schalotten, Knoblauch und Chilli fein hacken und mit 1 TL Limettenschale, 4 EL Limettensaft, Currypulver, Kokosmilch und Wasser verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch oder Geflügel dann 30 Minuten marinieren.



# Aubergineensalat mit Minze und Zitrone



## Zutatenliste

- 1 Aubergine
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Tomaten
- 1 Zweig Minze
- 5 Zweige Petersilie
- 3 EL Olivenöl
- Saft einer halben Zitrone
- Salz
- Pfeffer

## Und so wird's gemacht:

1. Aubergine am Stück auf den Grill geben. Unter Wenden so lange grillen, bis Sie schön weich ist – die Schale darf ruhig etwas verkohlt aussehen. Alternativ kann man die Aubergine auch bei 220 °C Ober-Unterhitze für etwa 35-40 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.
2. Zwiebeln und Tomaten würfeln. Blätter der Minze und Petersilie hacken.
3. Abgekühlte Aubergine schälen, das Fruchtfleisch würfeln.
4. Aubergine, Zwiebeln, Tomaten, Kräuter mit Olivenöl vermengen.
5. Den Salat salzen und pfeffern, mit Zitronensaft abschmecken.

# Fusilli mit roter Bete vom Grill



## Zutatenliste

- Für 2 Personen:
- 160 g Vollkorn-Fusilli
- 2 St. rote Bete
- 50 g Bärlauch
- 50 g Mascarpone
- 2 EL Olivenöl
- 40 g Schafkäse jung
- Salz, Pfeffer
- Kräutermischung

## Und so wird's gemacht:

Fusilli (o.a.) nach Packungsanleitung in kochendem Salzwasser al dente (bissfest) garen

Rote Bete waschen und mit 1 EL Olivenöl die ganze Rüben grillen oder im Backofen (220 Grad ca. 15 Minuten) backen

Inzwischen für die Creme Bärlauch waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Bärlauch und die Kräuter nach Geschmack mit dem Stabmixer pürieren, Mascarpone einmischen und mit Salz nach Geschmack verfeinern

Nudeln abgießen und auf 2 Teller verteilen. Rote Bete grob würfeln und mit Bärlauchcreme daraufgeben. Schafkäse darüber bröseln. Mit Pfeffer und Olivenöl bestreuen.

Mahlzeit!



# Nudelsalat mit Ruccola und Erbsen-Pesto



## Zutatenliste

- 1½ TL Salz
- 250 g Farfalle oder andere Nudeln
- 50 g Pinienkerne
- 100 g Cashewkerne
- 10 g Hefeflocken (2 EL)
- ¼ TL Knoblauch, granuliert
- 250 g Erbsen, TK, angetaut
- 2–3 Knoblauchzehen
- 1 Bund Basilikum, abgezupft
- ½ Bund Petersilie, ohne Stiele
- 30 g Zitronensaft
- 60 g Olivenöl
- 60 g getrocknete Tomaten, in Öl, abgetropft (30 g Öl auffangen)
- ½ TL getrockneten Thymian
- 50 g Ruccola

## Und so wird's gemacht:

Salzwasser in einem Topf auf dem Herd zum Kochen bringen, Nudeln nach Packungsangabe kochen, abgießen, kalt abschrecken und in eine große Salatschüssel geben.

In dieser Zeit mit dem Rezept fortfahren:

Pinienkerne in einer Pfanne auf dem Herd ohne Fettzugabe rösten und zur Seite stellen. Cashewkerne, Hefeflocken, ½ TL Salz und Knoblauch mit einem Mixer zerkleinern und umfüllen. 300 g Wasser und Erbsen in einem Topf geben, ca. 8 Min garen, abgießen und abkühlen lassen und Torf ausspülen. 30 g geröstete Pinienkerne, Knoblauchzehen, Basilikum, Petersilie, gegarte Erbsen, Zitronensaft, Olivenöl, 1 TL Salz und ⅓ der Cashewkern-Mischung mit dem Mixer und zu den Nudeln geben und vermischen. Getrocknete Tomaten, Thymian und 30 g Öl von den Tomaten in einem Topf mit dem Mixer zerkleinern und dann 2 Min andünsten. Tomaten-Thymian-Öl kurz abkühlen lassen, zu den Nudeln zugeben, vermischen. Ruccola waschen, putzen und unterheben. Salat abschmecken, mit den restlichen Pinienkernen und der Cashewkern-Mischung bestreuen und servieren.

Den Salat kann man sehr gut einen Tag vorher machen, dann aber den Ruccola erst kurz vor dem Servieren unterheben!

Wünsche guten Appetit!

# Gegrillte Ananas



## Zutatenliste

- Eine frische Ananas

## Und so wird's gemacht:

1. Den Grill auf Touren bringen.
2. Reife Ananas schälen und in fingerdicke Scheiben schneiden.
3. Ananasscheiben von beiden Seiten goldbraun grillen.

super easy, super lecker :)

Passt perfekt zu Käse, Fisch, Fleisch oder auf einen Burger.

\_\_\_\_\_

Wer noch nie mit einer Ananas zu tun hatte hier noch eine Anleitung zum schälen.

1. Mit dem Messer das Oberteil und Unterteil der Ananas abschneiden.
2. Dann die Ananas von oben nach unten in Streifen abschälen.
3. Nach dem Schälen kann die Ananas in Scheiben geschnitten werden.

Den inneren holzigeren Teil lass ich immer dran zum Grillen. Die Gäste die ihn nicht mögen, können ja aussen rum essen :-)

Noch ein Tipp: Woher weiß man dass die Ananas schon reif ist? Durch ziehen an einem der oberen Blätter. Lässt es sich leicht abziehen, ist die Frucht reif.







## Zutatenliste

- Ein Bund Grüner Spargel
- Eine mittlere Zucchini

## Und so wird's gemacht:

Bei Spargel unten ca 1,5cm abschneiden und nur unten etwas schälen.

Die Zucchini in Daumendicke Scheiben schneiden.

Beides mit etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren.

Ab auf den Grill und immer schön wenden. Bis beides etwas Farbe bekommen hat.

Fertig und richtig lecker!

# Gegrillte Aubergine mit frischem Minzjoghurt



## Zutatenliste

- 2 große Auberginen
- 6 EL kaltgepresstes Olivenöl
- 300 ml griechischer oder türkischer Joghurt
- 2 EL Milch
- ½ Bund frische Minze
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 EL Schwarzkümmelsamen

## Und so wird's gemacht:

Auberginen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Beide Seiten mit Olivenöl einpinseln.

Gusseiserne Grillpfanne stark erhitzen. Auberginenscheiben auf jeder Seite ca. 3 Minuten grillen, bis sie goldbraun sind. Warm stellen.

Joghurt in eine Schüssel geben, Milch hinzufügen und gut verrühren. Minzblätter hacken und zusammen mit dem gehackten Knoblauch und einer Prise Salz unter den Joghurt rühren. Nochmals abschmecken.

Auberginenscheiben auf 4 Teller verteilen und mit einer Portion Joghurt anrichten. Etwas Olivenöl über die Auberginen träufeln und Schwarzkümmel drüberstreuen.





# Gefüllte Champignons



## Zutatenliste

- Große Champions
- Öl zum anbraten
- Speckwürfel
- Zwiebel
- Geriebenen Bergkäse
- Salz und Pfeffer

## Und so wird's gemacht:

Die Stiele der Champignons ausbrechen und sehr klein hacken.  
Köpfe vorsichtig weiter aushöhlen.

Speckwürfel evtl. noch kleiner hacken, Zwiebeln sehr fein schneiden.

Alles zusammen mit etwas Öl in einer Pfanne etwas anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Masse mit geriebenem Käse vermischen (Achtung, darf nicht zu heiss sein). Dieses Gemisch in die ausgehöhlten Pilzköpfe füllen, leicht andrücken.

Am Rand des Grills / indirekt auflegen, ca. 10 Minuten drauf lassen ..... und dann genießen!

Mengenangabe: jeweils 1 Teil Pilzstiele, Speck, Zwiebeln und Käse - mega einfach!

Lässt sich perfekt vorbereiten!

Umwerfend lecker!!!

# Bärlauchbutter



## Zutatenliste

- 200g Butter,
- 2 TL Zitronensaft
- 3EL Bärlauch frisch geschnitten
- 2 TL scharfen Senf
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

## Und so wird's gemacht:

Butter in eine Rührschüssel geben und bei Zimmertemperatur weich werden lassen. Die restlichen Zutaten dazugeben und mit Mixer gut vermischen. Die Kräuterbutter z.B. in Eiswürfelbehälter geben und im Kühlschrank erkalten lassen. Lässt sich auch prima einfrieren und portionsweise entnommen werden. Schmeckt prima zu Gegrillten oder auf ein frisches Bauernbrot streichen.





# Gratinierter Feuchel



## Zutatenliste

- 2 Fenchelknollen
- - 2 Eßl. Zitronensaft
- - 75g. Blauschimmelkäse
- - 75g. Bergkäse
- - 4 Kleine Tomaten
- - Salz
- - Pfeffer

## Und so wird's gemacht:

Fenchelknollen reinigen, das Grün klein hacken. Knollen längs halbieren, Strunk entfernen. In einem Topf ca 250 ml Wasser mit Salz und dem Zitronensaft aufkochen. Den Fenchel darin bei kleiner Hitze ca. 6 Minuten ( bei größeren Knollen bis zu 10min. ) dünsten. Währenddessen den Blauschimmelkäse zerbröseln, den Bergkäse reiben. Tomaten in Scheiben schneiden. Die vier Fenchelstücke mit dem Innenteil nach oben in eine feuerfeste Auflaufform geben. Etwas Käse drüberstreuen, Tomaten auflegen und restlichen Käse darüber geben.

Bei ca. 180° den Käse schmelzen lassen und anschließend mit dem Ofengrill bräunen. Mit Fenchelgrün bestreut servieren.

In einer Aluschale auch für den Grill geeignet.





## Zutatenliste

- Maiskolben
- Zucchini
- Paprika
- Champignons
- Cocktail-Tomaten
- Käse (z.B. Gouda oder Halloumi)
- Olivenöl
- Italienische Kräuter
- Salz und Pfeffer

## Und so wird's gemacht:

Gemüse und Käse in grobe Stücke schneiden und aufspießen. Dann mit einer Marinade aus Öl und Gewürzen einpinseln und auf den Grill legen. Supereasy und lecker! Dazu eine feine Auswahl an Dips, Salaten und Knobi-Baguette und Vegetarier sind wunschlos glücklich!





## Zutatenliste

- 1 Kg Hähnbrustfilet
- 3 Zitronen
- 10 EL Olivenöl
- 3 TL getrockneter Oregano
- Salz / frisch gemahlener Pfeffer
- 2 Zwiebeln
- 1 rote Paprikaschote
- 1 grüne Paprikaschote

## Und so wird's gemacht:

Das Hähnchenbrustfilet in 3 Zentimeter große Würfel schneiden.

Eine Zitrone auspressen, den Saft mit 4 Esslöffeln Olivenöl verrühren und Salz, Pfeffer und 2 Esslöffel Oregano hinzugeben und dann das Fleisch mit der Marinade mischen und für 3 Stunden ziehen lassen.

Zwiebeln und Paprikaschoten schneiden in grobe Stücke.

Dann alles abwechselnd aufspießen und ab auf den Grill.



# Marinierter Lachs von der Zederuplauke



## Zutatenliste

- 1 Zedernholzbrett
- 4 Lachsfilets mit Haut
- 2 EL Senf, mittelscharf
- 2 EL Honig oder Rübenkraut
- verschiedene Kräuter (Zitronenthymian, Rosmarin, Oregano...)
- 8 EL Sojasoße
- 1 TL Pfeffer
- 1 TL grobes Meersalz
- Saft 1/2 Limette oder Zitrone
- 8 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- Evtl. 1 Chilischote

## Und so wird's gemacht:

1. Das Zedernholzbrett vor dem Grillen mindestens 2 Stunden wässern und dabei beschweren, so dass es von allen Seiten gleichmäßig viel Wasser aufnimmt. Das Brett dann bei direkter Hitze (vorgeheizt auf ca. 185–200 °C) auf den Grillrost legen. Wenn das Holz beginnt zu knistern und zu rauchen, Brett in die indirekte Zone legen.

2. Chilischote entkernen, und hacken. Für die Marinade Honig, Senf, Sojasoße, Pfeffer, Knoblauch (gehackt), Chilischote, Limettensaft und Olivenöl gut verquirlen. Kräuter waschen und klein hacken und in die Marinade geben. Nach Geschmack Salz und Pfeffer hinzugeben. Über den Lachs geben und mindestens 2 Stunden marinieren lassen.

3. Lachsfilets gut abtropfen lassen und mit der Hautseite auf das Brett legen. Dann ca. 15 Minuten in der direkten Zone grillen. Am besten kann man mit einem Thermometer arbeiten. Kerntemperatur sollte 58 Grad sein. Dann ist er schön saftig.

Guten Appetit!



# Bratwurst mal anders



## Zutatenliste

- 2 Bratwürste ( gebrüht )
- Feigensenf
- Backpflaumen oder Datteln, ohne Stein
- Bacon

## Und so wird's gemacht:

Wir haben die Würste der Länge nach aufgeschnitten, die Enden lassen. Es soll eine Tasche entstehen. Diese mit dem Senf austreichen und mit Datteln oder Backpflaumen füllen. So 2 Stück pro. Wir haben beides zerkleinert und gemischt. Waren Reste. Jede Wurst mit Bacon umwickeln.

Würste indirekt ca 15 min Grillen, der Bacon soll knusprig sein.

Ein Erlebnis wenn man in die Wurst beißt .

Die Tomaten sind ausgehöhlt und mit Feta gefüllt

# Grill-Bier-Hähchen



## Zutatenliste

- 1 frisches Hähnchen
- Marinade nach eigenem Geschmack
- 1 Flasche/Dose Bier

## Und so wird's gemacht:

Das frische Hähnchen von innen und außen mit der Marinade einpinseln und ein paar Stunden, besser einen halben Tag, ruhen lassen.

Das Bier in die Vorrichtung dafür füllen bzw. die Bierdose öffnen und am Deckel noch weitere Löcher einstechen. Nun das marinierte Hähnchen auf die Vorrichtung bzw. Dose setzen und auf dem Grill für gut 1 Stunde grillen.

Danach das Hähnchen von der Dose herunternehmen und zerteilen. Das übriggebliebene Bier kann gut als Basis für eine leckere Soße dienen. Genieß das zarte Hähnchenfleisch mit einem frischen  $\frac{2}{3}$  Salat.

Guten Appetit





# Sommersalat mit gegrillter Entenbrust



## Zutatenliste

- 200g souvid gegarte Entenbrust
- -Gemischter Salat in mundgerechte Stücke schneiden
- Datteltomaten halbieren-
- Gehackter Schnittlauch
- in Olivenöl gebratene grob geraspelte Karotten
- Getrocknete Gänseblümchen
- 
- Dressing:
- 5 EL Kürbiskernöl
- 3 EL Balsamico Bianco
- 3 EL Wasser
- Fleur du Sel
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Honig

## Und so wird's gemacht:

Die souvid gegarte Entenbrust auf der Hautseite ca 6 Minuten auf den Grill legen bzw bis die Haut schon kross ist. Wenden und 3 Minuten grillen. Mit Pfeffer und Salz würzen, in Aluminiumpapier einwickeln, beiseite nehmen und Ruhen lassen.

Salat vorbereiten und die Ente in feine Scheiben schneiden und auf den Salat geben (wer mag kann auch Orangenabrieb auf die Entenbrust geben).

Alle Zutaten am Besten in einem kleinen Glas mit Verschluss geben und gut schütteln. Auf den Salat geben und mit den getrockneten Gänseblümchen dekorieren .... und genießen lassen!

# Meloneusalat



## Zutatenliste

- 1/2 Wassermelone ca 800g
- 200g Feta
- Schwarze Oliven Wert mag
- Pfeffer und Salz, Spritzer Zitrone
- 10 Minuten ziehen lassen, fertig und saulecker.

## Und so wird's gemacht:

In Würfel schneiden

Gewürze dazu, abschmecken

Ziehen lassen

Fertig