

GRILLEN

Techniken, Tricks & Rezepte



Sven Dörge

GRILLEN

Techniken, Tricks & Rezepte

südwest°



Inhalt



| | |
|---|-----|
| Warenkunde | 6 |
| Grillen und Barbecue. Wissenswertes über Geräte, Anzündhilfen, Sicherheit und Hygiene. Und was kommt auf den Grill? Natürlich Fleisch, Geflügel, Fisch, Gemüse und Obst. Immer passend gewürzt. | |
| Fleisch | 28 |
| Stundenlanges Barbecue. Perfektes Grillen für beste Steaks. Von klassischen Spareribs über Lammgerichte bis zu lecker gefülltem Schweinerücken. Und: Würzige Marinaden. | |
| Geflügel | 50 |
| Mal spießig, mal beschwipst, einfach vielseitig. Hähnchen, Pute, Ente und Gans. Als Taschen, Rouladen oder im Ganzen, mal fruchtig, mal scharf. Edel begleitet von feinsten Saucen und Dips. | |
| Fisch & Co. | 72 |
| Delikat und überraschend. Tintenfisch, Garnelen, Forelle, Lachs, Saibling & Co. Aromareich gegrillt, auch in Blätterteig oder als Quiche, einfach und raffiniert zubereitet. | |
| Beilagen & Mit Gemüse | 90 |
| Unwiderstehlich, nicht nur für Vegetarier. Von Rosmarinkartoffeln und -brot über gefülltes Gemüse und Süßkartoffelauflauf bis zu Hackfleischspießen im Kokosmantel. | |
| Desserts | 108 |
| Verblüffend verführerisch. Eis und Kuchen vom Grill? Kein Problem. Mit Speck umhülltes oder flambiertes Obst sowie Marshmallows sorgen für weitere süße Akzente. | |
| Pure Leidenschaft – Grillmeisterschaften | 125 |
| Register | 126 |
| Impressum | 128 |

Zeit zum Grillen

Würde ich einem Assoziationstest unterzogen, käme auf das Stichwort »Grillen« sofort »Barbecue« und anschließend, ohne jegliches Nachdenken und Zögern: »Zeit nehmen«. Dieses Buch widmet sich beidem: Barbecue und Zeit, denn beide gehören untrennbar zusammen.

Wer also der Auffassung ist, dass Geschwindigkeit ein Segen für die Menschheit ist und bei dieser Weltsicht bleiben möchte, nehme dieses Buch möglichst ungelesen, lasse es hübsch einwickeln und schenke es dem vermeintlich »langweiligen« Nachbarn.

Wer dieser Denkweise nicht anhängt oder willens ist, sie zu überdenken, hat einen guten Griff getan. Die Behauptung ist nicht zu hoch gegriffen, dass Barbecue eine philosophische Komponente besitzt. Die Verinnerlichung dessen, was Barbecue bedeutet, kann helfen, ein besserer Mensch zu werden und eine höhere Lebensqualität zu erreichen.

Barbecue braucht Zeit, so wie das Leben. Leben ist lebenswerter, wenn es Muße bekommt, und Fleisch wird schmackhafter, wenn man ihm Zeit gibt. Das klingt nur beim ersten Lesen als an den Haaren herbeigezogen.

Dieses Buch ist mithin kein gewöhnliches Grill-Kochbuch, sondern, augenzwinkernd betrachtet, ein Ratgeber für viele Lebenslagen. Es wendet sich in erster Linie an den Mann, nicht nur weil ich mich naturgemäß am besten in ihn hineinversetzen kann, sondern auch, weil die Arbeit am Grill noch immer zu mehr als 80 % von Männern erledigt wird.

Ich bin fest davon überzeugt, dass sich durch Barbecue Kriege verhindern lassen. Ob sich das Zusammenleben von Männern und Frauen durch die Verinnerlichung der Barbecue-Grundsätze auf eine neue Qualität heben lässt, erfordert jedoch noch weiteres Nachdenken. Auf jeden Fall können sie für sehr angenehme Stunden zwischen Mann und Frau sorgen.

Die interessanten Rezepte werden dem Grillabend ein neues Gesicht und dem »Grillmeister« eine gehörige Portion Anerkennung verschaffen. Denn jeder kann ein Grillmeister sein! Und vielleicht hilft es ja auch, eine der letzten Männerdomänen erfolgreich zu verteidigen, wenn Frau mit neuen, spannenden Gerichten überrascht wird.

In diesem Sinne wünsche ich Guten Appetit!
Sven Dörge



Sven Dörge



Warenkunde

Grillen oder Barbecue?

Barbecue ist bei uns ein Universalwort, das Grillen, Fleisch und Feiern gleichermaßen meint. Genau genommen sind Grillen und Barbecue aber sehr unterschiedliche Zubereitungsmethoden. Wir sprechen über direktes und indirektes Grillen.

Direktes Grillen

Direktes Grillen ist das, was wir alle kennen: Kohle unten, Fleisch oben, los geht's. Bei dieser Methode erreichen wir Temperaturen zwischen 400 °C und 800 °C, teilweise sogar 1 000 °C. Die Hitze wird dabei ganz unmittelbar – direkt – zugeführt.

Für Steak und Bratwurst ist diese Methode durchaus in Ordnung. Aber hier enden die Möglichkeiten des direkten Grillens auch schon. Der wertvolle Fleischsaft explodiert bei solchen Temperaturen förmlich und schießt aus dem Fleisch. Durch die hohen Temperaturen verbleibt dem Fett zu wenig Zeit, vollständig auszutreten. Was dennoch ausfließt, tropft in die Glut. Dort verbrennt es unter gesundheitsschädlicher Qualmentwicklung oder gar Flammenbildung, was viele dazu verleitet, kostbaren Gerstensaft als Löschmittel zu verschwenden.

Indirektes Grillen

Um uns das köstliche Gebräu zu erhalten und all die unangenehmen Nebenwirkungen auszuschalten, hat der liebe Gott das indirekte Grillen erfunden. Dabei sind Glut und Grillgut nicht mehr unmittelbar

miteinander verbunden. Findige Hersteller erfanden dazu nützliche Geräte und Zubehörteile, Puristen hingegen schieben einfach die Glut beiseite.

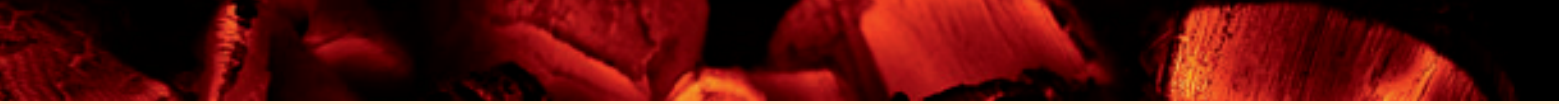
Beim indirekten Grillen arbeitet man mit Temperaturen zwischen 120 °C und 200 °C, und das braucht Zeit. Es ist also keine Beschäftigung für Zeitgenossen, die meinen, dass jegliches Tun länger als 20 Minuten reine Zeitverschwendung ist.

Barbecue

Barbecue ist indirektes Grillen mit noch geringeren Temperaturen. 100 °C bis 150 °C sind hier angesagt und natürlich noch mehr Zeit. Beim Smoken liegen die Temperaturen gar zwischen 80 °C und 120 °C. Oft haben Barbecuegrills einen Deckel oder eine Haube. Diese schützen unser Grillgut nicht nur vor neugierigen Blicken des Nachbarn, sondern erzeugen vor allem eine zusätzliche Oberhitze. Sie ist wichtig für größere Fleischstücke und gefülltes Gemüse. Selbst Brot und Pizza kann man im Haubengrill backen.

Der Erdanziehung folgend, tropft das Fett beim indirekten Grillen natürlich auch nach unten. Dort ist jedoch Platz für ein wassergefülltes Schälchen, in dem das Fett aufgefangen und neutralisiert wird, ohne zu verbrennen. Das Wichtigste ist jedoch, dass dem Fett so viel Zeit bleibt, um am Ende weitgehend auszutreten und auf dem Weg ins Schälchen seinen Geschmack abzugeben.

Die Kerntemperatur, also die Temperatur im Innern des Fleisches an seiner dicksten Stelle, steigt beim



Barbecue nur ganz allmählich an, was dazu führt, dass der Saft nahezu vollständig im Fleisch verbleibt. Durch die allmähliche Temperaturerhöhung setzen zudem recht komplizierte Umwandlungsprozesse in der Gewebestruktur des Fleisches ein, in dessen Ergebnis sich die Fasern voneinander lösen und ein unglaublich zartes Fleisch entsteht. Zahnstocher ade! So zubereitetes Fleisch ist eine Offenbarung.

Die Kruste auf dem Fleisch wird beim Barbecue nicht so kross wie beim direkten Grillen. Um dennoch die typischen Röstaromen zu erhalten, kann man das Fleisch zu Beginn oder zum Abschluss noch einmal direkt über die Glut legen. Wenn dabei die Flammen hochschlagen, macht das gar nichts, eher im Gegenteil.

Da Pünktlichkeit heutzutage keine Tugend mehr ist, steht der Grillmeister zur verabredeten Zeit mitunter allein da. Bei einem Catering ist mir das jüngst passiert: Von den 80 angekündigten Gästen war zur verabredeten Uhrzeit nicht einer da. Hat man dann schon die Steaks über dem direkten Feuer, ist alles zu spät. Hat der Grillmeister jedoch sein Fleisch im Barbecuegrill, können die Gäste kommen, wann sie wollen, lieber später als früher. Denn ist die gewünschte Kerntemperatur erst einmal erreicht, kann das Fleisch stundenlang ohne Qualitätsverlust verzehrbereit warm gehalten werden.

So betrachtet ist Barbecue doch etwas für den modernen Menschen.

Kleine Gerätekunde

Rund 80 % der Deutschen grillen am liebsten auf oder mit Holzkohle. Viele schwören vor allem deshalb auf den schwarzen Stoff, weil er so ein tolles Aroma abgeben soll. Der Glaube versetzt ja bekanntlich Berge. Deshalb bitte ich schon vorab um Verzeihung, wenn ich gleich zu Anfang für die Zerstörung einer Illusion Sorge.

Knallharte Fakten zum Holzkohlegrill

Wenn wir es nüchtern und wissenschaftlich betrachten, besteht Holzkohle im Wesentlichen nur noch aus Kohlenstoff. Der verbrennt schlicht und ergreifend zu Kohlenstoffdioxid, das sicher keinen Geschmack abzugeben vermag. Das war's, adieu schöne Illusion.

Aber Holzkohle hat dennoch etwas: Einen emotionalen Faktor, und der schlägt letztlich alles! Dieser Faktor erinnert uns an das Gefühl, als wir den Hirsch niedergerungen, erlegt und vor der Höhle geröstet haben. Männer, pflegt diese Urinstinkte, schön, dass wir sie noch besitzen!

Beste Gründe für einen Gasgrill

Dieses Höhlengefühl kann uns ein Gasgrill, und sei er noch so schön und teuer, natürlich nicht geben. Ein Gasgrill geht sofort an, ist sauber, temperaturgenau zu regeln und qualmt nicht. Insofern ist der Gasgrill das ideale Gerät für den Balkon, das Reihenhaus mit 6-Meter-Gartenbreite oder für Zeitgeplagte. Gasgrills sind in allen Größen und Komfortstufen erhältlich, so dass jeder sein Gerät für den schnellen, komfortablen Grillgenuss finden wird.

Gute Argumente für einen Elektrogrill

Gleiches trifft im Grunde auch für den Elektrogrill zu, wobei dessen Begrenztheit in seiner Größe liegt. Die größten Geräte auf dem Markt versorgen bis zu sechs Gäste gleichzeitig, ziehen dabei aber schon 2 700 Watt. Würde man einen Elektrogrill bauen, der auch 30 Gäste satt machen kann, bräuchten wir einen Kraftstromanschluss. Deshalb gibt es ihn auch nicht. Die Temperatur eines Elektrogrills ist nicht allzu genau regelbar, was sich mit etwas Erfahrung jedoch ausgleichen lässt. Mitunter besitzen Elektrogrills sogar eine Haube, was auch kleine Barbecue-

gerichte zulässt. Am Strand wird es jedoch etwas schwierig mit dem Elektrogrill, denn Verlängerungsschnüre gibt es meist nur bis 50 Meter Länge.

Kleines Fazit zwischendurch

Jede Geräteart hat also ihre ganz eigenen Vorzüge. Der Holzkohlegrill kommt durch das tatsächliche Feuer dem Ur-Sprung am nächsten, auch wenn die Kohle (Verzeihung!) keinen Geschmack abzugeben vermag. Und dennoch schmeckt es vom Holzkohlegrill anders, was nicht nur Einbildung ist: Es ist das verbrannte Fett, das sich am Grillgut absetzt.

Smoker und andere

Aber wir wollen nicht aufgeben: Es soll richtig rauchig schmecken! Und das ist auch möglich. »Smoker« sind Geräte, die eine separate Feuerbox

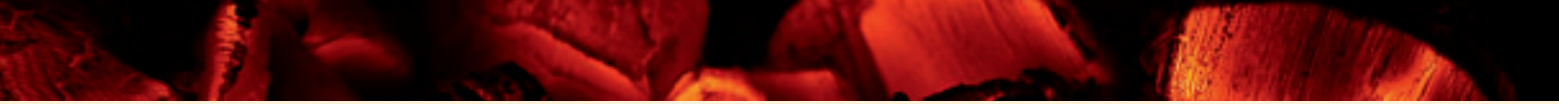
besitzen, in der richtiges Holz verbrannt wird und aus der lediglich Hitze und Rauch in die Garkammer wandern. Bei Arbeitstemperaturen von 80 °C bis 120 °C braucht der Smoker jedoch entsprechend viel Zeit, die sich aber lohnt. Zusätzlich lassen sich noch angefeuchtete Holzspäne aus Buche oder Hickory aufschütten, die den Raucheffekt verstärken. Anfeuchten kann man die Späne mit schnödem Wasser, aber auch mit Whisky, Obstler oder Gin, das gibt Aroma. Wem der Smoker zu groß oder zu teuer ist, sei gesagt, dass komfortablere Gasgrills eine kleine Smoker-Box für eben diese Späne besitzen.

Am Rande bemerkt: Foliengriller

Es gibt eine Grillfraktion, die sich kaum an das Tageslicht traut, denn sie wird belacht, verspottet und in einem Atemzug mit Schattenparkern und Warmduschern genannt: die Foliengriller. Diesen

Zur Grundausstattung gehört neben einem Grillgerät das richtige Werkzeug. Langstieliges Besteck – Grillzange, Bratschaufel, Grillgabel, Grillpinsel und Fischkorb – sind für schmerzfreies Arbeiten ebenso empfehlenswert wie Grillhandschuhe.





Grillfreunden sei gesagt: Steht auf, kommt heraus und traut euch, denn Fettschalen und Alufolie sind absolut legitim am Grill. Sie dienen dazu, die Unterhitze zu reduzieren und sind ein wertvolles Hilfsmittel. Es gibt am Grill nicht die »reine Lehre« und kein »besser« oder »schlechter«, und wer sich über Alufolie lustig macht, besitzt Lernpotenzial.

Welcher Grill soll es denn sein?

Ratschläge sind immer subjektiv. Sie hängen sehr von den individuellen Ansprüchen und letztlich auch von Emotionen ab. Und Barbecue ist in der Tat ein überaus emotionales Erlebnis. Daher gilt es, seinen ganz persönlichen Grill zu finden, was bei dem Riesenangebot nicht schwer sein dürfte. Für das Angelwochenende mit den Jungs ist der Fünf-Euro-Tankstellengrill nicht nur ausreichend, sondern nahezu optimal: Platz für Kohle, ein Rost für Steak oder Fisch sind vorhanden, und fünf Schrauben bieten Gelegenheit, um den anderen sein handwerkliches Geschick zu demonstrieren. Zudem sind die geringen Investitionskosten geeignet, um den Grill am Ende zu entsorgen, anstatt zu putzen.

Für alle anderen Anlässe ist es egal, welchen Grill man sich zulegt, Hauptsache er ist ausreichend groß und hat eine Haube! Die Größe braucht der Grill, um das indirekte Grillen zelebrieren zu können, die Haube zur Erzeugung der Umluft.

Elektrogrills

Soll es ein Elektrogrill sein, bieten eine Vielzahl von Herstellern ordentliche Geräte mit Haube an. Besonders hervorzuheben sind vielleicht der Steba VG 300, ein nicht nur attraktives, sondern auch in vielen Details gut durchdachtes Standgerät mit vergleichsweise großer Grillfläche und -höhe sowie der Weber Q 140, ein futuristisch aussehendes,

leichtes und praktisches Tischgerät. Weitere Geräte bieten Tefal, Severin, Gastroback, Rommelsbacher und andere Hersteller an.

Die wichtigsten Kriterien für die Kaufentscheidung eines passenden Elektrogrills sollten vor allem sein: stufenlose Temperaturregelung mit Kontrollleuchte, Abdeckung der Heizstäbe gegen Fettbrand und Qualm, Grillfläche mindestens 1 000 Quadratzentimeter, ausreichende Haubenhöhe für größeres Grillgut, herausnehmbare Fettschale sowie gute Reinigungsmöglichkeit.

Gasgrills

Bei Gasgrills hat man eine enorme Auswahl. Ob Kugel- oder Rechteckhaube, ob 600 Quadratzentimeter oder 5 000 Quadratzentimeter Grillfläche, ob 70 Euro oder 7 000 Euro, Designergrill oder funktionelle Bauart – alles ist möglich! Um sich zu entscheiden, sollte man zunächst klären, wie viele Gäste maximal zu begrillen sein werden, wo das Gerät stehen wird und welcher Platz zur Verfügung steht. Ferner, wie wichtig die angebotenen Zusatzfunktionen sind, ob die Optik eine wesentliche Rolle spielt und wie oft das Gerät zum Einsatz kommt.

Bei relativ einfachen Geräten und in der Mittelklasse gibt es erhebliche Unterschiede in Verarbeitung, Komfort, Größe und Optik. Einfachste Geräte sind bereits ab ca. 70 Euro erhältlich.

Eine interessante Technologie bietet Campingaz an. Bei den RBS-Geräten sind zwei senkrecht stehende Keramikbrenner in die Längsseiten des Grills eingelassen, aus denen glühendes Gas austritt. Durch die Senkrechtstellung der Brenner kann das Fett ungehindert in eine Schale am Boden des Geräts tropfen, wo es dann sehr bequem zu entsorgen ist.

Rundum solide gearbeitet, multifunktional einsetzbar, mit harmonischer Temperaturverteilung und mit echter Hingucker-Qualität rangieren bei den

Mittelklasse-Gasgrills die 57-Zentimeter-Kugeln von Outdoorchef weit vorn. Hier sind nicht nur sämtliche Barbecuegerichte möglich, sondern auch Brot, Pizza, Muffins, Paella und echte Wokgerichte. Geräte dieser Bauart kosten ab 350 Euro aufwärts.

Alle Geräte, die deutlich größer sind, kosten ordentlich Geld. Weber, Grand Hall, Napoleon und andere Hersteller bieten in diesem Segment Geräte zwischen 1 000 und 2 500 Euro an, und die sind es zumeist auch wert, vorausgesetzt, man arbeitet auch wirklich viel damit.

Kohlegrills

Am größten ist die Auswahl wohl bei Kohlegrills. Für unsere Zwecke beim Catering gilt vor allem: Groß soll er sein, solide verarbeitet und eine Haube besitzen. Alles andere bestimmen der Geldbeutel und das ästhetische Empfinden.

Landmann bietet eine Unmenge von preiswerten und einfachen Grills an, die teilweise auch eine Haube besitzen. Darüber hinaus befinden sich auch Smoker und Räucheröfen im Programm.

Da ich mit meinen Geräten viel unterwegs bin und ständig vor Publikum arbeite, liegt mein Augenmerk neben technischen Details auch auf der Stabilität. Die Kugelgrills von Outdoorchef erfüllen diese Ansprüche hervorragend. Zudem ermöglicht die Trichtertechnologie indirektes Grillen auf dem gesamten Rost.

Grundsolide und sehr variable Geräte bietet beispielsweise Thüros an. Den Produkten der Thüringer Grillschmiede merkt man an, dass die beiden Joint-Venture-Tüftler Kaufmann und Techniker sind. Die Säulengrills besitzen keinen großen Anspruch an die Optik, funktionieren jedoch hervorragend. Für alle Geräte gibt es eine Unmenge an Ergänzungen und nützlichem Zubehör, das auch untereinander austauschbar ist.

Einen Männertraum erfüllt Weber mit dem Ranch Kettle. Dieser nahezu unverwüsthliche Kugelgrill mit einem Meter Durchmesser wäre einfach zu schade, um damit nur Steaks zu grillen. Vielmehr ermöglicht er richtig große Barbecuegerichte bis hin zu Truthahn und Spanferkel. Auch die kleineren Kugeln (57 Zentimeter und 67 Zentimeter) von Weber spielen in der Premium-Klasse. Hervorzuheben wäre u. a. der Performer Touch-N-Go, mit Gaszündsystem, Kohlevorratsbehälter und Arbeitsfläche.

Lavasteine, Kohle und Briketts

Vor dem Kauf eines Grillgerätes sollte man auch wissen, welche Substrate bei den jeweiligen Geräten zum Einsatz kommen.

Lavasteine

Lavasteine in Gasgrills sollen in einer Lage über den Brennern liegen und verhindern, dass Flammen und Fett Kontakt bekommen. Zudem nehmen sie die Brennerwärme auf und strahlen diese gleichmäßig in den Grillraum ab, so dass ein indirektes Grillen ermöglicht wird. Es gibt recht poröse Natursteine und gesinterte Keramiksteine. Die Naturlava saugt Fett und Bratensaft recht ordentlich weg, die Keramiksteine lassen sich durch ihre ebenmäßige Form sehr gleichmäßig auslegen. Lavasteine bedürfen jedoch der Pflege. Nach jedem Einsatz muss bei höchster Brennerstufe das Fett ausgebrannt werden, und nach 15 bis 20 Einsätzen müssen die Steine ersetzt werden.

Holzkohle

Schwarz ist der Stoff, aus dem unsere Grillträume bestehen. Holzkohle wächst jedoch nicht von selbst im Wald. Früher saß ein Mann drei Wochen lang vor

einem Kohlenmeiler: innen schwelendes Buchen- oder Eichenholz, außen eine Luft abschottende Erdaufschüttung. Er hatte nach dem Aufbau des Meilers nichts weiter zu tun, als das Schwelfeuer zu pflegen und den Meiler nach drei Wochen zu ernten, um danach einen neuen aufzubauen. Das klingt romantisch (und sieht auch so aus!), war jedoch eine knochenharte und gesundheitsschädliche Arbeit.

Heute ist die Kohleherstellung weniger romantisch: Holzkohle wird nun in riesigen Öfen oder Tanks hergestellt und vollelektronisch überwacht. Das Ergebnis ist ein deutlich höherer Reinheitsgrad der Kohle und eine wesentlich höhere Produktivität. Zudem werden nun auch die entweichenden Nebenprodukte wie Teer und Holzessig aufgefangen und weiterverarbeitet. Gute Kohle wird meistens aus hartem Laubholz hergestellt, das unter Luftabschluss verkohlt und am Ende fast nur noch aus Kohlenstoff besteht. Holzkohle brennt nicht mehr, weil alle flüchtigen Gase bei der Verkohlung bereits entwichen sind.

Holzkohle wird zumeist in undurchsichtigen Säcken verkauft und trägt bei guter Ware die typischen DIN- und TÜV-Siegel, eine Registraturnummer und einen Hinweis auf das verwendete Holz. Steht lediglich eine Vertriebsadresse darauf, kann man die Güte des Inhalts ohne Nachschauen nicht einschätzen.

Gute Kohle erkennt man an:

- ▶ einer leicht glänzenden Färbung
- ▶ einem metallischen Klang
- ▶ einer gleichmäßigen Stückgröße
- ▶ einem geringen Staubanteil

Treffen diese Aussagen zu, brennt die Kohle schnell an, hält lange ihre Glut und erzeugt einen gleichmäßigen Abbrand ohne Schadstoffe, sofern wir vom Kohlendioxid einmal absehen.

Briketts

Briketts bestehen zumeist aus Kohlestaub, der mit organischer Stärke gebunden und gepresst wird. Die höhere Dichte der Briketts hat zur Folge, dass sie schwerer an-, dafür aber länger abbrennen und zudem eine etwas höhere Temperatur erreichen als Holzkohle. Optimal ist es daher oft, eine Mischung aus Kohle und Briketts im Grill abzubrennen, um die Vorzüge beider zu vereinen.

Ich habe diverse Kohle- und Brikettsorten getestet. Als uneingeschränkt beste haben sich für mich die von Profagus erwiesen, denn sie vereinen alle von mir favorisierten Kriterien. Kohlen und Briketts von Profagus brennen schnell an, gleichmäßig ab und halten die Glut überdurchschnittlich lange.

Die Tropen, auch das sei noch erwähnt, bescheren uns nicht nur traumhafte Urlaubsfotos, mit denen



Vorteilhaft ist eine Mischung von Holzkohle und Briketts. Die Kohle brennt schnell an, die Briketts halten lange die Glut.

wir unsere Nachbarn und Kollegen neidisch machen können, sondern auch interessante Brennstoffe für unseren Grill. Kokosbriketts etwa werden aus verkohlten und mit Stärke gepressten Kokosnussschalen hergestellt. Sie brennen sehr lange, sehr gut und für die Gewinnung der Kokoschalen mussten nicht einmal Bäume gefällt werden, denn die Schalen sind ohnehin ein Abfallprodukt. Auch Holzkohle aus tropischen Regenwaldhölzern brennt sehr gut und lange, doch wem der Schutz des Regenwaldes am Herzen liegt, verzichtet darauf.

Anzünden

Die Inbetriebnahme eines Elektrogrills ist auch für den modernen Menschen recht unkompliziert möglich. Wir erinnern uns daran, wie Fernsehgerät oder Staubsauger funktionieren, und dann sollte es gehen: Stecker rein, Temperatur einstellen und los.

Beim Gasgrill wird es schon etwas heikler. Gasflasche und Gerät müssen miteinander verbunden werden. Der dazu verwendete Schlauch ist zum Glück auf der einen Seite bereits werkseitig am Gerät befestigt. Das andere Ende muss jedoch an die Gasflasche, was zu erkennen nicht ganz so kompliziert ist. Das Linksgewinde am Gasregler sorgt mitunter schon für Wutausbrüche. Im Notfall werden die Gattin oder das Internet allerdings helfen, und so wäre auch dieses Gerät betriebsbereit.

Über das Anbrennen eines Holzkohlegrills lassen sich jedoch dicke Bücher und soziologische Abhandlungen schreiben, denn es gibt in den Trickkisten der Millionen Grillmeister unzählige Geheimrezepte und Hilfsmittel. Manche denken, dass der Einsatz von Spiritus oder Benzin sehr männlich und imponierend ist. Die dabei entstehenden Stichflammen erinnern an den Vorspann von Actionserien wie »Cobra 11« und die Kollateralschäden an Mann und Gerät gehören halt dazu. Jungs, auch wenn es nur halb so

männlich daher kommt: Spiritus und Benzin sind ziemlich unsinnig am Grill. Entweder man arbeitet mit so geringen Mengen, dass das Anzünden halbwegs sicher bleibt; dann geht aber die Kohle nicht an, denn die Flüssigkeiten (oder besser gesagt deren Gase) verbrennen allzu schnell. Oder aber man müsste so viel davon verwenden, dass es zu explosionsartigen Stichflammen kommt, was wiederum zu schweren Verbrennungen führen kann.

Gasbrenner

Mein Favorit zum Anzünden ist der Gasbrenner. Gas arbeitet schnell, sauber und sicher. Vor allem brennt mein Grill dort an, wo ich es will: entweder flächendeckend oder, wenn es sein muss, nur in einer Ecke. Gasbrenner findet man im Baumarkt beim Lötzubehör (kleine Variante) oder beim Dachdeckerzubehör (männermäßige Variante). Beide Brennerarten können mit einer Propangasflasche betrieben werden, die kleineren Lötbrenner jedoch auch mit einer Gaskartusche.

Anzündwürfel & Co.

Anzündwürfel für den Grill oder Kamin, ob weiß oder braun, sowie flüssige Anzünder bestehen aus Chemie und brauchen lange, um diese zu verbrennen (worauf man in jedem Fall achten sollte). Würfel schaffen zudem nur punktuelle Brandherde. Flüssige Anzünder werden aus der Flasche flächendeckend über die Kohle gespritzt, feste Anzündwürfel legt man an mehreren Stellen unter die erste Kohleschicht. Beide funktionieren recht ordentlich, aber sie gehören nicht zu meinen Favoriten, weil sie beim Abbrennen eine ganze Weile stinken und qualmen. Anzündwürfel sind jedoch bestens geeignet, um ein sehr sinnreiches Hilfsmittel zu entfachen: den Anzündkamin. Bereits mein Opa Eugen kannte das



Anzündhilfen für Holzkohlegrills unterstützen den Anzündprozess, indem sie Glutzentren bilden. Wichtig ist, dass die verwendeten Mittel vollständig verbrennen, bevor man das Grillgut auf den Grillrost legt.

Prinzip: Er durchlöchernte große Blechdosen, die er dann mit Tannenzapfen befüllte. Der Anzündkamin von heute sieht nicht viel anders aus, ist jedoch etwas komfortabler. Die Blechdose hat nun einen kleinen Gitterboden im unteren Drittel und einen Henkel mit Hitzeschild. In diesen Anzündkamin schüttet man Kohle oder Briketts, und darunter legt man einen Anzündwürfel. Nach spätestens 15 Minuten ist der ganze Eimer durchglüht und kann in den Grill geschüttet werden.

Kreativität kennt keine Grenzen

Elektrische Anzündhilfen, ob als Heizschlange oder in Fönform, sind eine saubere und durchaus gut funktionierende Gerätschaft, sofern sich eine Steckdose in der Nähe befindet.

Auf eine ganz andere Methode schwor mein Freund Hans Fuchs. Der Eierkarton besteht aus reiner

Pappe und gewährleistet durch seine Wabenform eine gute Luftzirkulation. Sein Einsatz ist denkbar einfach: Eierkarton in den Grill, Kohle einschütten, an vier Ecken anzünden und warten. Das funktioniert. Man sollte nur seinen Eierverbrauch der Grillhäufigkeit anpassen. Soweit die sachlichen Erklärungen. Das Anzünden macht so aber nicht jedem Spaß: Man hat nichts zu erzählen und wirkt langweilig, was gesellschaftlichen Ausschluss nach sich ziehen kann. Aus diesem Grund machen einige Menschen aus dem Anzündvorgang eine kleine Wissenschaft, die niemand versteht, aber jeder bewundert. Gut so, treibt euren Kult!

Dennoch: Auf Fön, Staubsauger, Ventilatoren, Wedelbleche und -pappen oder Hineinblasen, bis der Kopf tomatenrot glüht, kann man getrost verzichten, denn meiner Erfahrung nach geht jeder Grill früher oder später von allein an. Zeit muss man halt haben, nicht nur für das Steak.

Gut zu wissen: Sicherheit

Meine Devise lautet: Grillen ist so gefährlich wie Briefmarkensammeln, wenn man einige wenige Grundregeln beachtet. Aber an dieser Stelle werde sogar ich ernst, denn jedes Jahr geschehen rund 4 000 Grillunfälle mit teilweise schwersten Verbrennungen bis hin zu Todesfällen. Nicht einer dieser Unfälle müsste geschehen, wenn alle der unten aufgelisteten Grundsätze beherzigt worden wären.

Um auf die juristischen Aspekte überzuleiten noch folgender Hinweis: Sofern im Schadensfall grob fahrlässiges Verhalten nachzuweisen ist, erlischt der Versicherungsschutz!

Gut zu wissen: Recht

Das Klagen ist ja zu einem beliebten Volkssport geworden. Das ist auch gut so, denn Tausende

Anwälte und Richter wären sonst arbeitslos. Ob das jämmerliche Gezeter um überhängende Äste, Hundekot am Zaun oder lästige Grillgerüche zu einer Umsatzsteigerung bei Alkohol unter Juristen geführt hat, wurde noch nicht untersucht. Aber auch das würde Arbeitsplätze sichern. Klagen macht also Sinn. Früher hat das der Dorfälteste erledigt.

Den Hauptanlass für gerichtliche Verfahren bilden Grillgerüche und die Häufigkeit des Grillens. Da noch kein entsprechendes Grillgesetz existiert, ist es unmöglich, pauschal zu sagen, was erlaubt ist und was nicht. Deutsche Richter entscheiden jeden Fall einzeln, stets nach eigenem Ermessen und immer geht es darum: Was ist eine unzumutbare Belästigung? Wenn ich von April bis Oktober fünfmal pro Woche so grille, als stünde der Schuppen in Flammen und der Wind trägt diesen Rauch regelmäßig in das Schlafzimmer meines Nachbarn, habe ich es nicht besser verdient. Solche Ignoranz kann und soll dann

Sicherheit zuerst!

- ▶ Benzin und Spiritus sind tabu, weder zum An- noch zum Nachzünden.
- ▶ Lass dir Zeit!
- ▶ Achte schon beim Kauf darauf, dass der Grill stabil ist und keine scharfen Kanten hat.
- ▶ Achte auf einen sicheren Stand des Grills.
- ▶ Achte darauf, dass Untergrund und Umgebung nicht brennbar sind.
- ▶ Brennende Holzkohlegrills gehören nicht in die Garage und in den Schuppen.
- ▶ Stell den Grill nicht unter einem Schirm auf, es wäre nicht der erste Schirm, der durch Funkenflug Feuer fängt.
- ▶ Behalte den Grill immer im Auge.
- ▶ Beachte, dass Wind Funkenflug verursachen kann, und die Glut in der Umgebung Brände verursachen oder ins Auge geraten kann.
- ▶ Transportiere den Grill möglichst nicht, wenn er in Betrieb ist.
- ▶ Achte auf die Kinder! Die Augenhöhe der Kinder liegt ungefähr in Höhe der Glutschale, Fett- und Glutspritzer können vor allem bei den Kleinen zu Verbrennungen führen.
- ▶ Ballspiele, trunkene Gäste und Haustiere in Grillnähe sind gefährlich.
- ▶ Lösche nie mit Wasser.
- ▶ Entsorge die Glut erst, wenn sie tatsächlich erkaltet ist.

auch bestraft werden. Sollte die Hausordnung das Grillen grundsätzlich verbieten, kann man natürlich auch den Vermieter durch alle Instanzen verklagen. Möglicherweise ist dieser Weg ja sogar erfolgreich, aber bis dahin ist die Grillsaison vorbei. Klüger scheint mir in dem Fall, seine sieben Grillsachen zu packen und an den nächsten Baggersee zu fahren. Oder umzuziehen.

Aber ehe ich mir von einem Richter sagen lasse, was ich darf und was nicht, schaue ich einfach nach der Windrichtung und richte mich darauf ein. Zudem könnte es ja auch sein, dass der Richter kein Fleisch mag. Mitunter lade ich meinen Nachbarn zum Grillen ein, denn gemeinsames Essen ist immer friedensstiftend. Zudem – und das ist vielleicht der beste Tipp – um einer Klage zu entgehen, arbeite ich auf dem Barbecuegrill, denn dabei raucht und riecht fast gar nichts.

Gut zu wissen: Hygiene

Heutzutage verfügen wir über ein ganzes Waffenarsenal gegen Schmutz, Keime, Pilze, Bakterien und Viren. Mütter rennen ihren Kindern mit der Sagrotanflasche hinterher und wischen alles mit Bakterienkillern ab. Das ist nicht nur unnötig, sondern auch schädlich, denn permanente Desinfektion zerstört die für unser Leben nützlichen Mikroorganismen, sie führt zu Resistenzen und schwächt das menschliche Immunsystem, da es ohne Bakterien nicht ausreichend angeregt wird. Außerdem haben aggressive Putzmittel auch im Abwasser nichts verloren.

Vor einigen Jahren habe ich eine Anzeige erhalten, weil einer meiner Mitarbeiter am Grill ein schwarzes Hemd trug, in der Lebensmittelhygieneverordnung jedoch helle Kleidung vorgeschrieben ist. Natürlich habe ich die Klage gewonnen, aber man sieht daran, wie hysterisch mitunter auf das Thema reagiert wird.

Hygienehinweise

Aber um eins klarzustellen: Sauberkeit und Hygiene sind beim Grillen sehr wichtig! Nur muss man das Thema mit Augenmaß und vor allem mit Verstand handhaben. Man muss wissen, dass Hackfleisch durch seine hundertfach vergrößerte Oberfläche deutlich anfälliger ist und deshalb eines aufmerksameren Umgangs bedarf. Man muss wissen, dass Fisch, Wild und Geflügel anfälliger für Salmonellen sind und man nicht nur deren Kühlung besonders ernst nehmen sollte, sondern auch die Erreichung der richtigen Kerntemperatur.

Man sollte zudem wissen, dass Fleisch, Fisch und Geflügel getrennt gelagert und zubereitet werden, dass überschüssige Flüssigkeit auf rohem Fleisch abgewaschen und entfernt werden muss und dass die Wischlappen in kurzen Zeitabständen durch frische ersetzt werden sollen.

Wenn ich das heiße Entrecote vom Grill geschnitten habe und mich nun den Ribs zuwende, werde ich das Messer vermutlich nicht einmal abwischen. Wenn ich jedoch meine frische Hähnchenbrust oder den Red Snapper geschnitten habe und nun an das Gemüse gehe, wechsele ich nicht nur das Messer, sondern auch das Schneidebrett, und zudem wische ich das Umfeld gründlich sauber. Das versteht sich von selbst.

Gleichermaßen verhält es sich mit dem Grillrost. Natürlich sollen die Reste des letzten Grillabends entfernt werden, keine Diskussion, denn das ist schon eine Frage des guten Geschmacks. Aber der Rost muss nicht geschrubbt werden, als käme er frisch aus der Verpackung, schließlich ist er dauerhaften Temperaturen von mehreren Hundert Grad ausgesetzt.

Also: Strenge Sauberkeit und Hygiene dort, wo sie definitiv hingehören, und lockerer Umgang dort, wo wir ihn uns erlauben dürfen. So betrachtet bleiben alle hübsch entspannt und trotzdem gesund.

Was kommt auf den Grill?

Ist der Grill erst einmal heiß, kann es richtig losgehen. Doch was kann man grillen? Kurzum: alles! Man kann ja auch alles kochen. Warum wir in der Küche so kreativ und am Grill meist so einfältig sind, ist mir noch nicht aufgegangen, aber es ist so. Wir reisen um die ganze Welt, bringen uns die ausgefallensten Kochrezepte und Anregungen für die Küche mit, aber auf dem Grill landen in der Regel Steak und Bratwurst. Dabei bietet ein Grill vielfältige Möglichkeiten, um kulinarisch kreativ zu sein. Abwechslung auf dem Grill kann auch in Form der Zubereitung erfolgen. Warum nicht einmal bunte Spieße mit Zutaten, die man bislang noch nicht kombiniert hat, gegrillte Früchte aus der halben Ananasschale oder ein Ragout aus dem gehöhlten Kürbis? Niemand steht unserer Fantasie im Weg, außer wir selbst!

Fleisch

»Sind dir Gesundheit und Genuss wichtig, kaufe qualitätsbewusst!« Gutes Fleisch erkennt man zunächst an der Farbe. Es sollte je nach Sorte zartrosa bis kräftig-rot, frisch, gesund und natürlich aussehen. Man kann nicht hineinsehen in das Fleisch, also verlasse dich beim Kauf auch auf dein Gefühl. Im Gespräch mit dem Metzger spürt man, ob er das Fleisch liebt oder nur verkauft. Gute Indizien für Qualität können zudem ein guter Umsatz und eine liebevoll gestaltete Theke sein. Wenn Fleisch blass und trocken aussieht oder schon in der Theke saftet und blutet, sind das keine guten Zeichen.

Der Geschmacksträger Fett

Fett ist nichts Schlechtes. Es ist Geschmacksträger und hält das Fleisch beim Garen saftig. Wenn es stört, lässt man es auf dem Grill wegbrutzeln oder schneidet es nach dem Grillen weg.

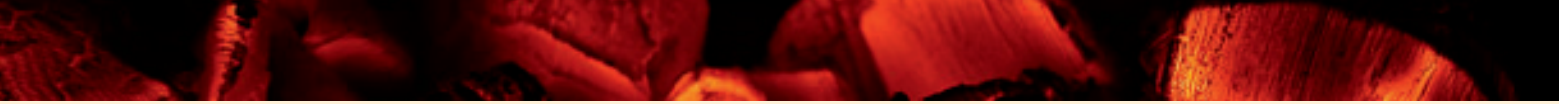
Da hier vor allem von Barbecue die Rede ist und somit von längeren Garzeiten, ist es angeraten, Fleisch mit einer ordentlichen und gleichmäßigen Fettmarmorierung zu wählen. Nahezu fettfreies Fleisch wird dabei recht schnell trocken. Wenn man nicht direkt grillt, sondern die Barbecuemethode anwendet, liegt das Fleisch durchaus eine oder gar mehrere Stunden auf dem Grill. Dabei hat das Fett genügend Zeit, allmählich auszutreten, das Fleisch dabei saftig zu halten und Geschmack abzugeben. Dies gilt nicht für kurze Garzeiten, bei denen diese Zeit nicht gegeben ist.

Fettränder schneidet man vor dem Grillen etwas ein, damit sich das Fleisch nicht wellt und gleichmäßig auf dem Rost liegen kann.

Der richtige Umgang mit Fleisch

»Wende dein Fleisch nicht 20 Mal hin und her!« Wozu soll das gut sein? Dabei bekommst du eher eine Sehnenscheidenentzündung als gutes Fleisch. In der Regel genügt einmaliges Wenden, nachdem an der Oberseite Fleischsaft ausgetreten ist.

Nach dem Grillen braucht das Fleisch immer etwas Ruhe. Die Fleischsäfte benötigen etwas Zeit für den Druckausgleich und um sich gleichmäßig zu vertei-



len. Dazu das Fleisch in Aluminiumfolie einwickeln und an einen warmen Ort legen. Bedenke jedoch, dass das Fleisch in dieser Zeit noch etwas nachgart.

Wann das Fleisch soweit ist, erkennt man bei Scheibenware recht einfach durch Drücken mit dem Daumen oder dem Wender. Wenn es leicht elastisch federt, ist es »medium«, so wie die meisten es am liebsten mögen. Keine Angst, in diesem Zustand gibt das Fleisch nach dem Anschnitt durchaus noch rote Flüssigkeit ab: Dabei handelt es sich jedoch nicht um Blut, sondern um reinen Fleischsaft. Gibt es zu sehr nach, ist es »saignant« oder »rare«, also innen noch sehr blutig. Im Endstadium gibt das Fleisch beim Drücken nicht mehr nach, dann ist es vollkommen durchgebraten oder »well done« und innen nicht mehr rosa.

Schwein, Wild und Geflügel sollte stets etwas mehr durchgegart sein als Rind oder Lamm.

Bei kompakteren Fleischstücken wird die Druckmethode nicht mehr funktionieren. Hier hilft ein Bratenthermometer, das man in die dickste Stelle des Fleisches sticht, um dort die Kerntemperatur zu messen. Es gibt einfache Modelle für ganz kleines Geld. Wer es gern technisch und komfortabel mag, dem seien funkgesteuerte Geräte mit Zielwertangabe empfohlen: Temperaturfühler mit Funksender im Fleisch einstecken und den Empfänger in die Brusttasche stecken. So kann man getrost die Bundesliga anschauen, ohne dass am Grill etwas schiefeht, denn ist die gewünschte und vorher programmierte Kerntemperatur erreicht, wird man über Funk alarmiert. Als Richtwerte gelten: Rind 60 °C, Schwein 70 °C, Geflügel 80 °C und Wild 80 °C.

Die Fleischarten

Welches Fleisch letztendlich auf den Grill gelegt wird, hängt vom eigenen Geschmack und dem verfügbaren Angebot ab.

Schwein

Deutscher Grillstandard ist das Nackensteak. Und dagegen ist auch nichts einzuwenden. Kürzlich ist es mir sogar gelungen, einen rindverwöhnten Argentinier mit einem Nackensteak zu begeistern.

Schwein kann nahezu schlachtfrisch gegrillt werden, ist preiswert, anspruchslos und trotz des recht hohen Fettanteils relativ geschmacksarm. Deshalb wird es meist auch kräftig mariniert. Nackenscheiben und Filets eignen sich gut zum direkten und indirekten Grillen, Schulter, Rippen, Hüfte, Kotelett und ganze Kammstücke dagegen besser für stundenlanges Barbecue.

Europas glücklichste Schweine leben in Spanien und sind bei uns als »Pata negra« bekannt. Frei und nahezu wild laufen oder liegen sie unter den Korkeichen des iberischen Hochlandes herum und freuen sich des Lebens, bis das irdische Schicksal zuschlägt. Saftig ist ihr Fleisch, sehr aromatisch und nussig, denn sie haben sich fast ausschließlich von Eicheln ernährt. Das Fett ist fein verteilt und enthält ungesättigte Fettsäuren. Mit diesem Fleisch muss man nichts weiter tun, als den Grill adeln, und keine Marinade der Welt würde an diesem Fleisch etwas verbessern können.

Rind

Ein ähnlich glückliches Leben führen südamerikanische Rinder, vor allem die argentinischen. Sie danken es den Menschen mit einem kräftigen, unverwechselbaren Eigengeschmack, der maximal noch Salz und Pfeffer vor dem Verzehr benötigt.

Rind sollte vor der Zubereitung etwa vier Wochen abgehangen sein. Bei südamerikanischem Fleisch ist das in der Regel der Fall, denn zum fachgerechten Transport wird die Schiffspassage genutzt. Auf Tiefkühlware sollte man möglichst nicht zurückgreifen, denn die Eiskristalle im Fleischinnern können die

Faserstruktur beschädigen. Falls man nicht darauf verzichten kann, sollte man das Fleisch allmählich auf Zimmertemperatur bringen, bevor man es auf den Grill legt.

Rumpsteak, Entrecote, Filet und T-Bone sind sowohl für das direkte wie auch das indirekte Grillen geeignet. Einige Teile des Rindes, wie Oberschale, Brust, Bug und Blume, eignen sich nicht zum direkten Grillen, gelingen jedoch auf dem Barbecuegrill hervorragend.

Wenn man nicht darauf vertrauen mag, dass Rind auch pur ausgezeichnet schmeckt, kann man natürlich marinieren. Die beste Wirkung entsteht dann auf dem Barbecuegrill, wenn man das Fleisch zuvor mit Trockengewürzmischungen, sogenannten Dry Rubs, eingerieben hat. Gute Mischungen bestehen aus Knoblauch, Senfkörnern, Koriander, Kreuzkümmel, Pfeffer, Chili- und Paprikapulver.

Lamm

Das Lamm ist etwas ganz Besonderes. Es ist von religiöser Bedeutung, Sympathieträger, Zeichen der Friedfertigkeit, und wird weltweit gern gegessen. Es enthält wie alle Fleischarten viele Vitamine, Mineralstoffe und natürlich wertvolles Eiweiß. Lammfleisch ist sehr zart und würzig und braucht, wenn überhaupt, nur etwas Pfeffer, Knoblauch, Bärlauch, Salz oder Rosmarin nach dem Grillen, um den eigenen Geschmack zu unterstreichen. Wer dennoch richtig marinieren mag, sollte dazu Joghurt, Öl, Minze, Tomaten, Zwiebel, Petersilie, Zitrone, Koriander, Kardamom und die zuvor genannten Gewürze verwenden.

Ganze Tiere, Keule, Rücken und Schulter eignen sich besonders für die Barbecuemethode, Koteletts hingegen eher für direktes oder indirektes Grillen. Auch aus Keule, Rücken und Schulter lassen sich beste Stücke für das direkte Grillen schneiden.

Innereien

Innereien sind heutzutage etwas Ungewöhnliches auf dem Grill. Früher waren sie ein alltägliches Lebensmittel, doch nun sind sie, warum auch immer, etwas in den Hintergrund geraten. Dabei sind Innereien äußerst delikat und gehaltvoll. Herz, Leber und Nieren sind von feinsten Konsistenz. Da sie jedoch kaum eigenes Fett besitzen, ist etwas Augenmerk geboten. Die Fleischstücke sollten nicht viel stärker als 2 Zentimeter sein. Um das Austrocknen zu verhindern, sollte etwas Öl aufgestrichen werden. Alternativ können die Fleischstücke auch bardiert, also mit frischem Speck ummantelt werden. Die Garzeit beträgt in der Regel nur wenige Minuten.

Innereien können separat gegrillt, als Bestandteil von Spießen oder als Ragout verwendet werden.

Hackfleisch

Hackfleisch dagegen hat schon lange seinen Platz auf dem Grill gefunden. Hackfleisch ist ein universelles Barbecue-Lebensmittel, das von Asien über Südosteuropa und den arabischen Raum bis nach Nordamerika beliebt ist, sogar als Füllung für Gemüse. Meist werden flache Scheiben, Röllchen, Bällchen oder Spieße daraus geformt, die Burger, Cevapcici, Köfte oder Kebab heißen. Für die Spieße wird deftig gewürztes Hackfleisch um eine Achse herum geformt und dann gegrillt. Damit die Masse gut haftet, sollte Hackfleisch ausdauernd geknetet werden. Flache, breite Spieße tragen ebenfalls dazu bei, dass die Hackmasse kleben bleibt. Hilfreich ist auch kurzes Anfrieren der fertig geformten Spieße. Nach dem ersten Kontakt mit dem Grill verbindet sich die Masse dann zunehmend von selbst. Meist ist die Verbindung so stark, dass die Masse nur schwer wieder vom Spieß zu lösen ist. Ein türkischer Gast, den ich während eines Caterings kennengelernt habe, zeigte mir, wie er das Problem löst, ohne dass

Ob ein ganzes Huhn, Truthahnbrust, Rippchen, Würste oder Schweinemedallions – dem Grillvergnügen sind keine Grenzen gesetzt. Besonders aromatisch und saftig werden magere Stücke, wenn sie zuvor in Frühstücksspeck (engl. Bacon) eingewickelt werden.



die Tischnachbarn Schaden nehmen: Mit einem eingeschnittenen Stück Fladenbrot wird das gegrillte Hackfleisch umfasst und abgezogen. Ganz einfach.

Sehr wichtig: Hackfleisch muss stets kühl gehalten werden, denn die durch das Verarbeiten extrem vergrößerte Oberfläche bietet Keimen wesentlich mehr Angriffsfläche als ein gewachsenes Fleischstück. Diesen Aspekt sollte man nie unterschätzen! Hackfleisch sollte zudem immer mit einer Kerntemperatur von mindestens 70 °C gut durchgegrillt sein. Damit es nicht austrocknet, empfiehlt sich eine Mischung aus Rind und dem etwas fetteren Schwein. Sehr empfehlenswert sind jedoch auch Lammhackfleisch und Geflügelhackfleisch, auch gemischt.

Hackfleisch verliert beim Grillen Flüssigkeit und Fett. Damit werden auch Geschmacksstoffe wieder ausgeschwemmt, so dass man getrost kräftig würzen kann, etwa mit Pfeffer, Salz, Knoblauch, Zwiebeln, Chili, Koriander, Kurkuma, Kreuzkümmel, Petersilie und Minze.

Der Klassiker: Die Bratwurst

Dem Hackfleisch nahe verwandt ist die Bratwurst, deren Name nicht auf ihre Verwendung, sondern auf ihren Inhalt, das Brät, hinweist. Bratwürste sind seit Jahrhunderten auf der ganzen Welt bekannt, und es gibt wunderschöne Geschichten um ihre Entstehung und Verwendung. Länge, Durchmesser, Konsistenz und Inhaltsstoffe sind so verschieden wie ihre Herkunft, so dass ihr ein eigenes Buch gewidmet werden könnte. Am bekanntesten in unseren Breiten sind wohl Thüringer und Nürnberger Bratwürste sowie die arabisch-französische Merguez.

Geflügel

Sehr zu Unrecht hat die UNO dem Huhn bislang zu wenig Beachtung geschenkt. Denn kein anderes Fleisch ist derart Völker verbindend wie dieser Vogel. Es gibt wohl kein Land dieser Erde, in dem kein Huhn gegessen wird. Wenn es gelänge, ein Huhn in den

UNO-Sicherheitsrat zu berufen, könnte dieses unscheinbare Tier der Friedensengel des 21. Jahrhunderts werden. Aber vielleicht ist diese Idee zu kurz gedacht, denn wenn es zum heiligen Tier ernannt würde, müssten wir fortan auf einen Fleischverzehr verzichten, dem wir derzeit mit großem Genuss und Gewinn frönen. Huhn ist leicht verdaulich, fettarm, gesund und lässt sich sehr variabel zubereiten.

Das entscheidende Problem am ganzen Tier sind die Knochen. Sie verzögern den Garprozess in die Tiefe, was uns vor die Aufgabe stellt, die Zeit so zu strecken, dass unser Huhn außen nicht verbrennt, sein Fett verliert und vollständig durchgart. Eine Situation, die wir auch von Spareribs kennen. Am besten gelingt diese Aufgabe wohl unbestritten am Drehspieß, denn die Rotation sorgt für eine gleichmäßige Garung und Fettung des Fleisches. Wenn man mehrere Drehspieße in Betrieb hat, entsteht daraus sogar ein kollektives Fetterlebnis. Jedoch gelingt das ganze Tier auch hervorragend in liegendem Zustand auf dem Barbecuegrill bei indirekter Grillmethode und Brust nach unten. In beiden Fällen sollte man dem Tier gut 90 Minuten geben. Halbie-

ren lässt sich diese Zeit, wenn wir den ganzen Vogel vor dem Grillen begradigen. Mit einer Geflügelschere wird zunächst das Rückgrat herausgeschnitten und das Tier aufgebrochen. Anschließend wird das Brustbein so eingeschnitten, dass man das ganze Huhn flach drücken kann.

Die indirekte Grillmethode ist auch deshalb sinnvoll, weil Huhn beim Grillen gefährliche Fettspritzer abgibt, die bei Kontakt mit der Glut zum Flammenwerfer werden.

Für alle Geflügelarten gilt eine relativ hohe Gefährdung durch Salmonellen. Konsequente Kühlung sowie Reinigung aller benutzten Geräte und Flächen ist daher Pflicht. Deshalb muss das Fleisch auch eine Kerntemperatur von 80 °C bis 85 °C erreichen. Ein Indiz dafür ist, dass beim Anstechen der Haut klarer Saft austritt. Noch sicherer ist die Verwendung eines Bratenthermometers.

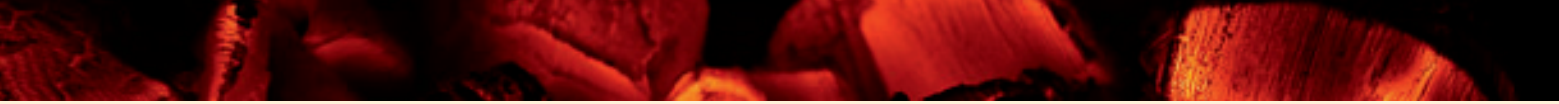
Huhn, Pute, Ente, Gans, Truthahn und Rebhuhn lassen sich hervorragend marinieren, wenn man bedenkt, dass die Haut sich dem weitgehend verweigert. Deshalb muss die Marinade mit etwas Geschick und Vorsicht unter die Haut gebracht oder das gesamte Stück in der Marinade versenkt werden. Typische Zutaten einer Geflügelmarinade sind Öl, Sojasauce, Zitrone, Knoblauch, Zwiebeln, Chili- und Paprikapulver, Koriander und Petersilie.

Wild

Abgesehen vom Volksfest-Schwein am Spieß ist Wild nicht so häufig auf deutschen Grills zu finden. Sehr zu Unrecht, wie ich finde, denn Wildschwein, Reh und Hirsch sind vorzüglich geeignet und sehr delikat.

Ideal für die Barbecuemethode sind größere Fleischstücke, die in Ruhe garen wollen.





Dabei sind es Vorurteile und Ängste, die den Einsatz von Wild zumeist verhindern. Richtig eingekauft, vor- und zubereitet, lösen sich diese Argumente jedoch schnell auf.

»Wild schmeckt so streng«, lautet eine weitverbreitete Meinung. Natürlich schmeckt Wild nach Wild, aber das ist auch gut so und sollte nicht abschrecken, denn so wild schmeckt es nun auch wieder nicht. Gesundes und frisches Wild hat einen kräftigen und würzigen Geschmack, und viele würden sich wundern, was sie da gerade essen. Zudem kann (muss aber nicht!) Wild auch mariniert werden, was seine Fasern auflockert und die Geschmacksintensität mildert.

»Wild ist anfällig für Salmonellen«, sagt der Volksmund weiterhin. Aber das sind Fisch und Geflügel auch, und beides ist von unseren Grills nicht wegzudenken. Wegen der Salmonellengefahr liegt die erforderliche Kerntemperatur für Wild bei rund 80 °C. Danach besteht keinerlei Gefahr mehr.

»Wild wird schnell trocken«, kein Wunder, denn die Tiere rennen den ganzen Tag durch den Wald und besitzen deshalb nur wenig Fett. Aber das ist kein Argument gegen seinen Verzehr, wir lieben ja auch das magere Rinderfilet. Wird Wild also zu trocken, liegt es stets an falscher Zubereitung: zu wenig Fettbeigabe, zu lange gegrillt, zu hohe Temperatur.

Da ich nur ungern auf den Eigengeschmack des Fleisches Einfluss nehme, versage ich mir das Marinieren. Es ist jedoch absolut legitim. Als Grundsubstanz sollten Buttermilch oder Joghurt dienen, aber auch Wein und Öl sind gut geeignet. Zum Würzen nehme man Lorbeerblätter, Zwiebeln, Pfeffer, Nelken, Wacholderbeeren und Wurzelgemüse wie Möhren. In diesem Sud kann das Fleisch bis zu mehreren Tagen im Kühlschrank ruhen.

Die Zubereitung kleinerer Stücke erfolgt auf dem Grill eher kurz und direkt. Größere Stücke sind jedoch durchaus für die Barbecuemethode geeignet.

Fisch und Meeresfrüchte

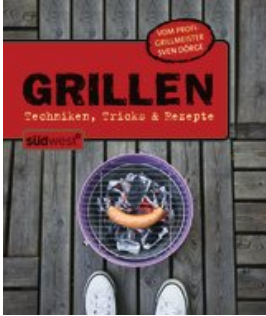
Bereits die alten Griechen haben es gewusst: Alles Sein besteht aus vier Elementen. Feuer und Wasser sind zwei davon. Wenn also Wasserbewohner auf unserem Grill landen, sind wir dem Ursprung der Welt ganz nahe. Zumal sie nicht nur leicht und sehr gesund sind, sondern erst über dem Feuer ihren wahren Geschmack entfalten.

Fisch

Bei Fisch entscheidet man sich vorzugsweise für fettreiche Sorten wie Barsch, Lachs, Forelle, Scholle, Brasse oder Makrele, denn so bleibt das Fleisch problemlos saftig und lässt sich leicht vom Rost lösen. Fettarme Exemplare hingegen müssen gegebenenfalls vor und während des Grillens mit Öl bestrichen werden.

Fische und Meeresfrüchte müssen (!) stets frisch gekauft und verarbeitet werden. Dabei reden wir weniger von Tagen als von Stunden! Beurteilen lässt sich der Frischegrad am fehlenden Fischgeruch, an klaren Augen, an frisch-roten Kiemen und an der Glaubwürdigkeit des Händlers. Letzteres Kriterium gewinnt beim Kauf von Filet besondere Bedeutung, denn dessen Frischegrad lässt sich für den Laien nur schwer beurteilen. Da meist wenig Übung vorherrscht, sollten ganze Fische bereits ausgenommen und geschuppt gekauft werden.

Fisch ist im Geschmack sehr fein. Seine Würzung sollte daher nur dezent und ausgewählt erfolgen. Dazu bieten sich vor allem Ölmarinaden mit frischen Kräutern und Gewürzen wie Petersilie, Schnittlauch, Thymian, Koriander, Kerbel, Estragon, Majoran, Lorbeerblatt, Pfeffer, Knoblauch, Porree, Zitronenschale, Kresse oder Fenchel an. Größere Exemplare kann man an den Flanken bis auf die Gräte anschneiden, um das Eindringen der Marinade zu erleichtern.



Sven Dörge

Grillen

Techniken, Tricks & Rezepte

Gebundenes Buch, Klappenbroschur, 128 Seiten, 20,5x24,5

ISBN: 978-3-517-08507-4

Südwest

Erscheinungstermin: April 2009

Grillen wie noch nie!

Kochen war gestern – Grillen ist heute! Und zwar richtig, denn es geht um mehr, als nur Steaks und Bratwürstchen auf den heißen Rost zu werfen. Die Fragen: Grillen oder Barbecue? Fleisch oder Fisch? Herzhaftes oder Süßes? werden ausführlich beantwortet. In diesem Buch wird alles Wissenswerte für ausgiebige Grillabenteuer genannt, denn mit dem richtigen Know-how und den passenden Rezepten kann der Bratrost den Herd ersetzen: Raffinierte Fleisch- und Fischgerichte, bunte Grillspieße, leckere Desserts und sogar Pizza oder Brot lassen sich mit dem (Hauben-)Grill zubereiten. Das sorgt für angenehme Genuss-Stunden – und die Tipps für echte Kerle zeigen dass Grillen mehr ist als ein schneller Sommerspaß.

 [Der Titel im Katalog](#)