

# Grillen – so duftet der Sommer

Die Grillsaison ist in vollem Gange. An sonnigen, warmen Tagen ziehen einem an jeder Straßenecke fantastische Röstaromen von saftigen Steaks und frisch gegrilltem Gemüse in die Nase – der Duft des Sommers liegt in der Luft.

Wer diese Jahreszeit nicht nutzt, um die Küche nach draußen zu verlagern, der verpasst etwas.

Damit das Grillen für jeden ein positives Erlebnis wird, haben wir hier ein paar wichtige Informationen zu den Grill-Vorlieben der Deutschen und den Vor- und Nachteilen der populärsten Grillmodelle für Sie zusammen gestellt.

Außerdem gehen wir der Frage auf den Grund, wie man auch in der kalten Saison mit den richtigen Gewürzen und Tools das mediterrane Aroma und den Flair des Sommers in die Küche zaubern kann.



## So grillen die Deutschen

- Die Deutschen grillen im Sommer ca. 1 mal pro Woche
- 70% des Grillguts sind Fleisch und Wurstwaren
- 18% grillen bevorzugt Fisch
- Nur bei 12% kommt Gemüse auf den Grill
- 200.000 Tonnen Bratwürste werden jährlich in Deutschland gegessen
- Schweinefleisch ist das bevorzugte Grillfleisch
- Am beliebtesten ist der Holzkohlegrill mit 61%
- Ins offene Feuer halten gerade einmal 2% ihre Würstchen
- Für viele ist Vatertag ein Grund zum grillen
- Bei den meisten Festen in Sommer wird gegrillt



# Das Zubehör

## Der Pfannenwender

Grillgemüse und kleine Fleischstücke sind meistens umständlich zu wenden. Sie fallen leicht durch den Rost und verbrennen. Damit Ihnen das nicht passiert und Sie mehrere Stücke Ihres Grillgutes gleichzeitig wenden können empfiehlt es sich beim Grillen immer einen Pfannenwender parat zu haben.

## Die Grillzange

Rohes Fleisch sollten Sie nicht mit der Hand auf den Grill legen, daher bietet es sich an, in eine gute Grillzange zu investieren. Sie dient nicht nur zum Auflegen der Fleischstücke auf den Grill, sondern eignet sich auch hervorragend zum Wenden, ohne die Struktur und die Qualität der Lebensmittel zu beeinträchtigen oder zu beschädigen.

## Die Messer

Es muss Fleisch vorbereiten, Gemüse schneiden und Obst schälen können: Wir stellen hohe Ansprüche an das perfekte Grillmesser. Dabei eignet sich unter einer Vielzahl von Messerarten jedes einzelne für bestimmte Zwecke besonders gut. Dennoch gilt: Qualität vor Quantität. Schon mit 2-3 hochwertigen Messern sind Sie für den Grillabend perfekt ausgestattet.

## Das Chefmesser

Der perfekte Allrounder, wenn es darum geht, große Fleischstücke auseinander zu nehmen, Kräuter fein zu zerkleinern und Gemüse in Form zu bringen. Achten Sie insbesondere bei diesem Messer mit der breiten Klinge darauf, dass es immer scharf ist, um Ihnen gute Dienste leisten zu können.

## Das Officemesser

Zum Schneiden und Putzen von kleinen Gemüsearten und Obst ist das sogenannte Officemesser Ihr treuer Begleiter in der Küche. Das Messer zeichnet sich durch eine kurze, starre Klinge aus und liegt besonders gut in der Hand.



# Das Zubehör

## Das Schneidebrett

Rohes Grillgut auf dem Teller schneiden sollte aus Materialgründen vermieden werden. Investieren Sie besser in ausreichend große Schneidebretter. Aus Holz sind diese zwar optisch sehr schön, nehmen aber oft den Geruch der geschnittenen Speisen an und lassen sich nur schwer hygienisch verlässlich reinigen. Dafür sind sie deutlich hitzebeständiger als Plastikbretter, die leicht in der Spülmaschine gereinigt werden können. Schneidbretter aus Glas hingegen sind leicht zu reinigen und nicht so anfällig für Kratzer. Sie müssen sich bei einem Glas-Schneidbrett allerdings darüber im Klaren sein, dass Ihre Messer durch das harte Material schneller stumpf werden.

## Die Schürze

Auch wenn viele Männer noch der altmodischen Ansicht sind, dass eine Schürze nur ein wichtiges Küchentool für „Mädels“ ist: Jeder, der mit Lebensmitteln (insbesondere mit Flüssigkeiten, Marinaden etc.) arbeitet sollte seine Kleidung vor Flecken schützen. Nebenbei verringert sich durch die Verwendung einer Schürze auch das Risiko, sich Verbrennungen durch herabfallendes Grillgut zuzuziehen.

## Teller & Platten

Eigentlich selbstverständlich, oder? Ohne Teller lässt es sich nur schwer grillen. Was aber oft vergessen wird: Sie sollten für unterschiedliches Grillgut auch verschiedene Teller verwenden! Es ist nicht nur unappetitlich, die frisch gebrutzelten Bratwürste auf eine Platte zu legen auf der vorher die rohen Steaks darauf gewartet haben gegrillt zu werden – es ist eine Frage der Hygiene. Bakterien von rohem Fleisch können ohne Probleme auf das fertige Grillgut übertragen werden und so zu lebensgefährlichen Lebensmittelvergiftungen führen. Daher gilt der Grundsatz: Immer einen Teller für rohe Lebensmittel und mindestens einen Teller oder eine Platte für das zubereitetet Produkt.



# Grillgeschmack in der Küche

Auch wenn der Herbst unaufhaltsam näher rückt, heißt das nicht, dass Sie bis zum nächsten Frühjahr auf den geliebten Grillgeschmack verzichten müssen. Mit ein paar einfachen Tricks und passenden Gewürzen zaubern Sie auch ohne Grill in der dunklen Jahreszeit Sommerfeeling auf den Teller.

## Steakpfanne

Grillen im Winter geht nicht?

Besitzer einer guten Grillpfanne werden über diese Aussage nur schmunzeln können. Die spezielle Rillenstruktur in den besonders hitzebeständigen Steak- bzw. Grillpfannen sorgt nicht nur für den authentischen Grillstreifen-Look, sondern hält das Fett und die Säfte dort, wo sie hingehören – im Fleisch. Dadurch behält das Grillgut seinen eigenen unverfälschten Geschmack und trocknet nicht aus. Ein weiterer Vorteil: Gusseiserne oder mit Teflon beschichtete Grillpfannen sind universell einsetzbar und können – je nach Modell – auch wunderbar im Backofen verwendet werden.

## Rauchsalz & BBQ-Gewürz

Beim Grillen entstehen durch eine Kombination aus der trockenen Hitze des Grills, gut gewählter Gewürze und qualitativ besonders hochwertigem Fleisch und Gemüse ein ganz spezielles, typisches Grill-Aroma. Spezielle Gewürze, wie etwa Rauchsalz (z.B. Rauchsalz Typ „Old Hickory“) können den Geschmack eines Grillfests im Sommer nachempfinden. Das Salz wird mehrere Tage auf echtem Hickoryholz geräuchert und erhält dadurch seinen typisch deftigen Geschmack. Es eignet sich wunderbar zum Verfeinern, für Marinaden und Grillsoßen.

## Bitte nicht vergessen

Das schmackhafte Grillaroma, insbesondere bei Steak & Co. Entsteht zu einem nicht unwesentlichen Teil durch die hohe Qualität der Lebensmittel. Also sparen Sie bitte nicht an der falschen Stelle und investieren Sie in gutes Biofleisch vom Metzger und frisches Gemüse aus der Region. Es lohnt sich!



# Rezepte für Soßen & Dips

Diese Rezepte für Dips und Soßen zum Grillgut werden Ihre Gästen garantiert begeistern.

## Zitronen-Kräuterbutter

125 g Butter  
1 Zitrone  
1 Knoblauchzehe  
1 Bund Kräuter nach Belieben (Petersilie, Schnittlauch, Rosmarin, Kerbel..)  
Salz, Pfeffer, Paprikapulver nach Bedarf

*Die Knoblauchzehe mit der Presse in die zimmerwarme Butter drücken, oder mit dem Messer klein schneiden.  
Den Abrieb einer Zitrone und die klein geschnittenen Kräuter zur Butter geben. Alles mit einer Gabel verrühren und nochmal in den Kühlschrank stellen, dass die Butter gut durchziehen kann.*

## Curry & Zwiebel Soße

5 Zwiebeln  
2 El Curry  
2 El Öl zum braten  
1 Schuss Rotweinessig  
2 El Tomatenmark  
500 ml passierte Tomaten  
Pfeffer, Salz, Paprikapulver und Zucker nach Bedarf

*Zwiebeln putzen, in kleine Ringe schneiden und glasig andünsten.  
Dann Curry und Tomatenmark zugeben und mit anbraten.  
Passierte Tomaten und Essig unterrühren, nach belieben 1-3 Minuten einköcheln lassen und mit Gewürzen Ihrer Wahl abschmecken.*

## Guacamole

1 reife Avocado  
1 Tomate  
Saft ½ Zitrone  
1 Knoblauchzehe  
2 El Schmand  
Salz, Pfeffer

*Die Avocado mit der Gabel gut zerdrücken. Die Knoblauchzehe mit der Knoblauchpresse dazu geben. Die Tomate entkernen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und zur Avocado geben. Den Schmand unterrühren und alles mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.*

## Tomatenbutter

125 g Butter  
1 El Tomatenmark  
Basilikum  
Oliven  
Salz, Pfeffer nach Belieben

*Das Tomatenmark in die zimmerwarme Butter geben und alles mit der Gabel vermischen. Nach Belieben würzen und die Butter in den Kühlschrank stellen, dass sie durchziehen kann.  
Wer möchte kann noch frischen Basilikum und Oliven klein schneiden und dazu geben.*