

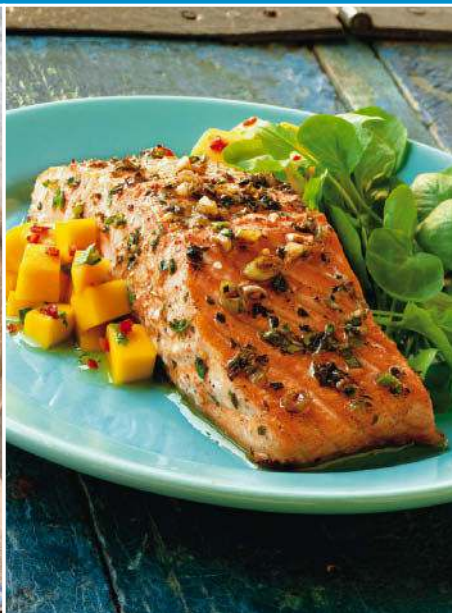
JAMIE PURVIANCE



WEBER'S SEAFOOD

DIE BESTEN GRILLREZEPTE

G|U



WEBER'S: SEAFOOD

Inhalt

- 4 VORWORT**
- 6 GRUNDLAGEN DES GRILLENS**
- 16 SEAFOOD-REZEPTE**
- 112 BEILAGEN**
- 128 WÜRZMISCHUNGEN**
- 130 MARINADEN**
- 133 SAUCEN**
- 136 GRILL-KOMPASS SEAFOOD**
- 138 SICHERHEITSHINWEISE**
- 140 REZEPTE-REGISTER**
- 144 IMPRESSUM**

Grundlagen des Grillens

FISCH RICHTIG GRILLEN – SIEBEN WISSENSWERTE DINGE

EINS: ÜBUNG MACHT DEN MEISTER

Mancher, der grillt, empfindet Fischfilets und -steaks als größte Herausforderung. Jedem ist es schon passiert, dass der Fisch am Grillrost festklebte und beim Herunternehmen in seine Bestandteile zerfiel. Größer sind Ihre Erfolgchancen, wenn Sie zuerst mit festfleischigem Fisch üben, insbesondere solchem mit höherem Fettgehalt wie Lachs, Schwert- und Thunfisch.

ZWEI: NICHT ÜBERTREIBEN

Fisch und Meeresfrüchten fehlen die Muskelstruktur und die Festigkeit, die die meisten Vierbeiner aufweisen. Deshalb brauchen Marinaden nicht lange, um die Struktur von Fischfilets und -steaks zu zerstören. Marinieren Sie Fisch daher nur wenige Stunden, sonst wird er matschig. Und, ganz wichtig: Übergaren Sie ihn nicht.

DREI: ANHAFTEN VERHINDERN

Öl wirkt als Barriere zwischen dem Fisch und dem Grillrost; verzichten Sie also nicht darauf. Mit einem guten Pinsel ist es ganz einfach, das Öl in all die Ritzen und Vertiefungen auf dem Fischfleisch zu verteilen – fetten Sie jedoch nie den Grillrost. Fangen Sie immer mit trockenem Seafood an (feuchtes dampft und haftet an), und reinigen Sie, bevor Sie zu grillen beginnen, gründlich den Grillrost, sobald er heiß ist.

VIER: DECKEL ZU

Der Grill gart auf zweierlei Art: Das Feuer unten erhitzt den Rost, doch auch die Luft innerhalb des Grills, sodass er wie ein Backofen funktioniert. Lassen Sie also den Grill möglichst immer geschlossen, genauso wie Sie auch die Backofentür geschlossen halten.

FÜNF: EINMAL WENDEN

Da Fisch (wie die meisten proteinhaltigen Nahrungsmittel) nicht bewegt werden sollte, bis er gar ist, empfiehlt es sich, ihn nur einmal zu wenden – Spieße können Sie zweimal wenden. Wird Fisch zu oft gewendet, fällt er auseinander.

SECHS: DAS FEUER SCHÜREN

Keine Angst vor starker Hitze. Sie sorgt für eine feine Kruste auf der Fiscoberfläche und dafür, dass der Fisch sich leicht vom Rost heben lässt. Je dünner Fischfilets oder -steaks sind, desto stärker sollte die Hitze sein.

SIEBEN: SCHNELLES FINISH

Grillen Sie die erste Seite länger als die zweite. So erzielen Sie mit Sicherheit eine schöne Kruste auf der einen Seite. Und wenn der Grill geschlossen ist – was er ja immer sein sollte –, gart die zweite Seite schon, während die erste noch auf dem Rost liegt.

DIE 70:30-REGEL



Eine Möglichkeit, das Anhaften zu verhindern, ist, die Filets etwa 70 Prozent der Zeit mit den Fleischseiten nach unten zu grillen.



Die Filets mit der Grillzange wenden, sobald sie sich vom Rost lösen lassen, dann in den restlichen 30 Prozent der Zeit fertig grillen.



Eine Fischpalette zwischen Fleisch und Haut schieben und die Filets (ohne die Haut) vom Rost heben.

GARNELEN UND JAKOBSMUSCHELN VORBEREITEN



Zum Schälen der Garnele den Panzer über dem Schwanz greifen und aufbrechen. Anschließend Panzer und Beine abziehen.



Den Rücken der Garnele mit einem spitzen Messer einritzen. Den schwarzen Faden, das ist der Darm, herausziehen und wegwerfen.



Vor dem Grillen den kleinen festen seitlichen Muskel vom Jakobsmuschelfleisch abschneiden.

Seafood-Rezepte



GANZER FISCH

- 18 Gegrillte Sardinen mit Paprika-Tomaten-Gemüse
- 20 Makrelen mit Ananas-Mango-Salsa
- 21 Glasierter Bonito mit Kräutersalat
- 22 Ganze Forellen mit Rosmarin-Zitronen-Butter
- 24 Wolfsbarsch mit Fenchelsalz, Fenchel, Zwiebel und Orangen

FISCHFILETS & -SPIESSE

- 26 Lachshappen mit Miso-Glasur
- 27 Lachsfilets mit Apfel-Sellerie-Salat
- 28 Gegrillter Lachs mit Spiegelei und Zitronen-Hollandaise
- 30 Lachs mit Senf-Dill-Sauce auf geröstetem Weißbrot
- 32 Cremesuppe mit gegrilltem Lachs
- 33 1-2-3-Lachs
- 34 Lachsfilets karibische Art mit Mango und Brunnenkresse
- 36 Lachssteaks mit Zitronen-Thymian-Butter und Wildpilzen
- 38 Lachssteaks mit vietnamesischem Gurkensalat
- 39 Lachs mit Kirsch-Portwein-Sauce
- 40 Seesaibling mit Oliven-Salat und gegrilltem Fenchel
- 41 Seesaibling mit grüner Gazpacho-Sauce
- 42 Forellenfilets mit Minze-Basilikum-Öl und Orzo
- 44 Schwertfischsteaks mit Zitronen-Safran-Vinaigrette und Gremolata
- 46 Schwertfischsteaks mit Oregano-Kruste und griechischem Salat
- 48 Schwertfischsteaks mit Pfefferbutter
- 49 Schwertfisch-Yakitori
- 50 Gegrillter Heilbutt mit Pistazien-Minze-Pesto
- 52 Heilbutt-Spieße mit Za'atar-Kruste und scharfem Joghurt-Dip
- 53 Heilbutt-Baguettes
- 54 Heilbutt-Tostadas mit Ananas-Bohnen-Salsa
- 56 Heilbutt-Tacos mit Jalapeño-Creme
- 58 Heilbutt mit Mole-Sauce
- 59 Heilbutt mit Möhren und Zucchini auf nordafrikanische Art
- 60 Fish and Chips mit Meerrettich-Remoulade
- 62 Thunfisch-Brötchen mit Wasabi-Mayonnaise
- 64 Thunfisch-Tomaten-Tajine
- 65 Thunfisch-Kartoffel-Salat mit Zuckerschoten
- 66 Thunfischspieße mit Zucchini, Auberginen und Tomaten
- 68 Thunfisch mit Basilikum-Aioli auf geröstetem Bauernbrot

- 69 Thunfischsteaks mit Balsamico-Glasur und Spinat
- 71 Marinierter Kabeljau mit Zitronen-Petersilien-Chimichurri
- 72 Kabeljau aus der Folie mit Gemüse und Meerrettichcreme
- 73 Fischfrikadellen auf Blattsalat mit Zitronen-Kapern-Vinaigrette
- 74 Seezungenröllchen mit Schinken, Tapenade und Tomate
- 75 Tilapiafilets mit Kürbiskern-Koriander-Butter
- 76 Wolfsbarschfilets mit gegrillten Orangenscheiben und Oliven-Relish
- 78 Wolfsbarschfilets mit brauner Haselnussbutter

MEERESFRÜCHTE

- 79 Garnelen-Tomaten-Spieße mit Spinatsalat und Zaziki
- 80 Garnelen-Mais-Salat mit Avocado und Limetten-Vinaigrette
- 82 Wok-Garnelen auf Thai-Art mit Spinat und Erdnussauce
- 83 Thai-Garnelen mit Curry-Dip
- 84 Pizzas mit Garnelen, Pesto, Schafskäse und getrockneten Tomaten
- 86 Linguine mit Garnelen und Weißwein-Sahne-Sauce
- 87 Garnelen-Fajitas mit Poblano-Chilis
- 88 Nudel-Erdnuss-Salat mit Garnelen und Zuckerschoten
- 89 Garnelen mit Zitronen-Ingwer-Butter und Zuckerschoten-Radieschen-Salat
- 90 Garnelentopf mit Jakobsmuscheln
- 92 Jakobsmuscheln mit Sojabohnenpüree
- 94 Jakobsmuschel-Zucchini-Spieße mit Minzeduft
- 96 Jakobsmuschelsalat mit Orangen-Sesam-Vinaigrette
- 97 Crabmeat-Brote mit Käse überbacken
- 98 Crabmeat-Burger mit scharfer Mayonnaise
- 100 Krebsbeine mit Zitrusbutter
- 101 Taschenkrebscheren mit gegrilltem Romanasalat
- 102 Paella vom Grill mit Fisch und Meeresfrüchten
- 104 Miesmuscheln mit Schalotten-Estragon-Buttersauce
- 106 Venusmuscheln in Mandel-Petersilien-Butter
- 108 Venusmuscheln und Bratwurst mit Fenchel
- 110 Tintenfischsalat mit Cocktailtomaten, grünen Bohnen und Kichererbsen
- 111 Austern mit Chili-Käse-Sauce

GANZE FORELLEN

MIT ROSMARIN-ZITRONEN-BUTTER

VORBEREITUNGSZEIT: 15 Min.

GRILLZEIT: 8–12 Min.

- 2 küchenfertige Forellen (je etwa 350 g)
- 1 EL Olivenöl
- grobes Meersalz
- ¼ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 2 TL fein gehackter Knoblauch
- 6 Zweige Rosmarin (je etwa 10 cm lang)

Für die Butter

- 50 g Butter
- 2 EL Zitronensaft
- 1 EL fein gehackter Rosmarin

1. Den Grill für direkte mittlere Hitze (175–230 °C) vorbereiten (siehe Seite 12–13).

2. Die Forellen auf beiden Seiten dünn mit dem Öl bestreichen und innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Den Knoblauch und jeweils 3 Rosmarinzwige in die Fische geben.

3. Den Grillrost mit der Bürste säubern. Die Forellen bei geschlossenem Deckel über **direkter mittlerer Hitze** 8–12 Min. grillen, bis sie kräftig gebräunt sind, dabei einmal wenden, sobald sie sich leicht vom Rost lösen lassen; dabei sollte die Haut nicht verletzt werden.

4. In der Zwischenzeit die Butter in einem kleinen Topf bei schwacher Hitze mit Zitronensaft und gehacktem Rosmarin zerlassen; abkühlen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Forellen vom Grill nehmen und heiß mit der Rosmarin-Zitronen-Butter servieren.

FÜR 2–4 PERSONEN



LACHS MIT SENF-DILL-SAUCE

AUF GERÖSTETEM WEISSBROT

VORBEREITUNGSZEIT: 15 Min.

GRILLZEIT: 4–6 Min.

FÜR DIE SAUCE

- 25 g Senf
 - 3 EL Zucker
 - 2 EL Weißweinessig
 - 4 EL Öl
 - 3 EL gehackter Dill
 - grobes Meersalz
 - frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
-
- 4 Stücke Lachsfilet ohne Haut
(je 200–250 g schwer und etwa 2 cm dick)
 - 4 Scheiben knuspriges Weizenmischbrot
 - Öl zum Bestreichen
 - grobes Meersalz
 - frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
 - 24 Scheiben Salatgurke (je etwa 1 cm dick)
 - 4 große Kopfsalatblätter

1. Den Senf in einer kleinen Schüssel mit Zucker und Essig glatt rühren. Nach und nach 4 EL Öl darunterschlagen. Den Dill untermischen und die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce zudecken und bis zu zwei Tage kalt stellen.

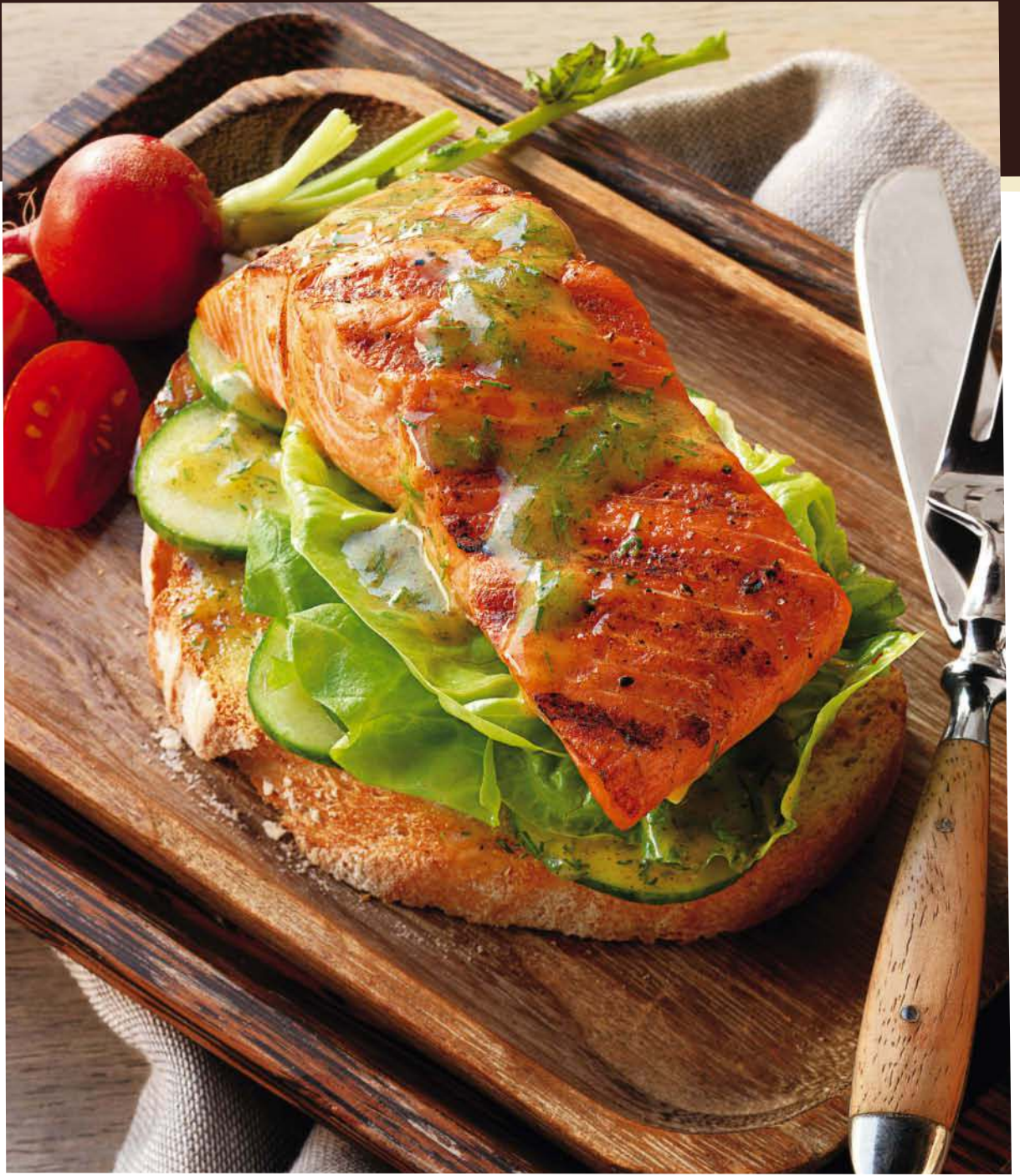
2. Den Grill auf einer Seite für direkte mittlere Hitze (175–230 °C), auf der anderen für direkte starke Hitze (230–290 °C) vorbereiten (siehe Seite 12–13).

3. Lachsfilets und Brotscheiben auf beiden Seiten dünn mit Öl bestreichen. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Den Grillrost mit der Bürste säubern. Den Lachs bei geschlossenem Deckel über **direkter starker Hitze** 4–6 Min. grillen, bis er in der Mitte gerade nicht mehr glasig ist, dabei ein- bis zweimal wenden. Die Brotscheiben in der letzten Min. über **direkter mittlerer Hitze** braun grillen.

5. Auf vier Teller je eine Brotscheibe legen. Die Scheiben mit etwas Senf-Dill-Sauce bestreichen, dann mit je 6 Gurkenscheiben und einem Salatblatt belegen. Die Lachsfilets darauf anrichten. Das Ganze mit der restlichen Sauce beträufeln und sofort servieren.

FÜR 4 PERSONEN



SEAFOOD



- **Das neue Standardwerk rund ums Thema Seafood grillen.** Sind Sie bereit für neuen Grillgenuss? Dann Grill anheizen und Tisch decken für Lachshappen mit Miso-Glasur und Heilbutt-Spieße mit scharfem Joghurt-Dip sowie Thunfisch mit Basilikum-Aïoli und Thai-Garnelen mit Curry Dip. Über 60 Fisch und Meeresfrüchte-Rezepte bereichern Ihren Grillabend!
- **Rezepte für passende Beilagen, Marinaden, Gewürzmischungen und Saucen.** Der feine Geschmack von Fisch und Meeresfrüchten braucht besondere Partner. Rezepte für fein abgestimmte Marinaden, Gewürzmischungen und Saucen bieten Aromavielfalt für jeden Geschmack. Die schnellen Beilagen sind die perfekte Abrundung für jedes Seafood-Grillen.
- **Experten Know-how.** Mit Weber's Spezial-Tipps zur Vorbereitung der Zutaten und zum perfekten Grillen auf dem Holzkohle- und Gasgrill kann nichts mehr schief gehen. Übersichtliche, schnelle Info gibt die Tabelle für Marinier- und Grillzeiten der unterschiedlichen Fischteile und -größen sowie Meeresfrüchte.



GU

WG 455 Themenkochbücher

ISBN 978-3-8338-2624-5



9 783833 826245

€ 14,99 [D]

€ 15,50 [A]

www.gu.de