


JAMIE PURVIANCE

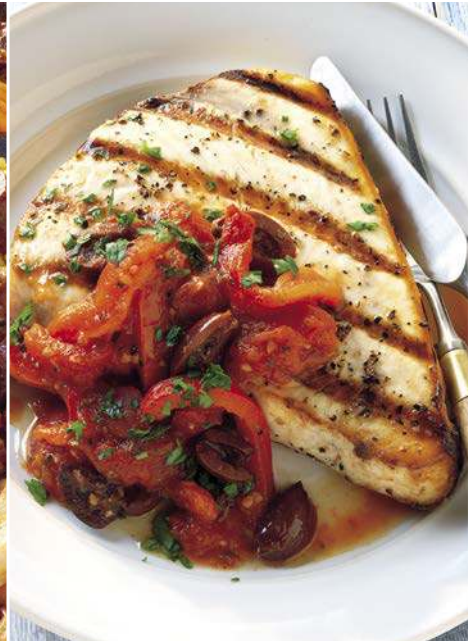
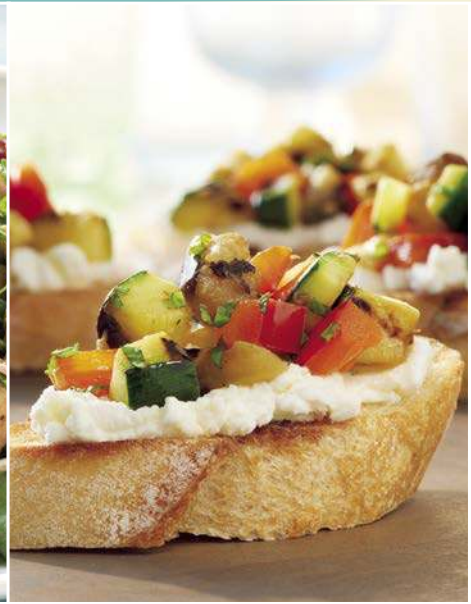


WEBER'S

MEDITERRANES

GRILLEN





WEBER'S: **MEDITERRANES GRILLEN**

Inhalt

- 4 VORWORT
- 6 GRUNDLAGEN DES GRILLENS
- 10 UNVERZICHTBARE GRILLHELFER
- 12 SELBST GEMACHTE FLADEN
- 14 GRILLSPIESSE
- 16 MEDITERRANE REZEPTE
- 118 BEILAGEN
- 132 GRILL-KOMPASS
- 137 SICHERHEITSHINWEISE
- 139 REZEPTEREGISTER
- 144 IMPRESSUM

Grillspieße

Fast immer kommt etwas Gutes heraus, wenn man Fleisch an Spießen über einem offenen Feuer gart. Um jedes Mal ein optimales Ergebnis zu erzielen, sollte man ein paar grundlegende Fakten wissen. Damit kann man dann erfolgreich am Grill aufspielen – mit verschiedenen Arten von Spießen, unterschiedlichen Sorten von Fleisch und Gemüse sowie interessanten Extras wie speziellen Marinaden und besonderen Saucen oder Glasuren.

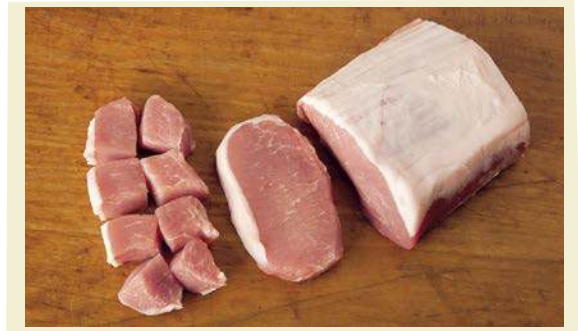
SPIESSE

Man bekommt sie aus Metall oder aus Holz bzw. Bambus. Alle Versionen erfüllen durchaus ihren Zweck. Metallspieße sind wiederverwendbar, müssen aber nach dem Essen gesäubert werden. Für den einmaligen Gebrauch bietet der Handel zu günstigen Preisen Holz- oder Bambusspieße an, die jedoch vor dem Grillen gewässert werden müssen, damit sie auf dem Grill nicht verbrennen.



FLEISCH

Es ist ein weit verbreiteter Irrtum, dass sich für Grillspieße jedes beliebige Fleisch eignen würde. Vielmehr muss das Fleisch wegen der zumeist so kurzen Garzeit von Natur aus zart und saftig sein. Bei Schweinefleisch etwa wählen Sie eine schön marmorierte Lende wie rechts abgebildet oder Schweinefilet. Alternativ kaufen Sie Schweinekoteletts und schneiden das Fleisch in Stücke etwa gleicher Größe und Dicke.



GUTER HALT UND RICHTIGER ABSTAND

Flache Spieße haben den Vorteil, dass sich Fleisch- und Gemüsestücke beim Wenden nicht drehen. Alternativ sollten Sie die dicksten Spieße verwenden, die erhältlich sind, oder einen Doppelspieß aus zwei dünnen Spießen. Damit das Fleisch gleichmäßig gart, lassen Sie zwischen den einzelnen Stücken auf dem Spieß ein wenig Platz. Das Fleisch darf sich zwar am Rand leicht berühren, doch nicht zu dicht gedrängt auf den Spießen stecken, sonst braucht es mehr Zeit zum Garen und könnte trocken werden.





ERST FORMEN, DANN KÜHLEN

Eine reizvolle Variante bilden Köfte-Spieße. Da sie auf Hackfleisch basieren, kann man sie nach Belieben geschmacklich abwandeln, außerdem ist ein zartes Ergebnis nahezu garantiert. Die Fleischmasse in lockere Einzelportionen teilen und dann jede Portion behutsam so um einen Spieß herum formen, dass am oberen Spießende einige Zentimeter frei bleiben. Würde man die Köfte-Spieße jetzt sofort auf den Grill legen, könnten sie leicht zerfallen. Deshalb gibt man sie zunächst auf ein mit Backpapier belegtes Blech, deckt sie mit Frischhaltefolie ab und kühlt sie 1–2 Std. Dadurch wird die Fleischmasse fest und bleibt später auf dem Grill in Form.

SCHUTZ GEGEN DIE HITZE

Bambus- oder andere Holzspieße zunächst etwa 30 Min. in Wasser einzuweichen verhindert in der Regel, dass sie auf dem Grill Feuer fangen. Trotzdem passiert es, dass die Spieße verkohlen. Abhilfe schafft hier ein Schutzschild aus Alufolie. Dafür ein großes Stück Alufolie in der Mitte zu einem langen Rechteck falten und dieses über den vorderen Bereich des Grillrosts legen. Die Spieße so auf das Folienrechteck legen, dass ihre blanken langen Enden vor direkter Hitze geschützt sind.



BROTSSALAT

MIT HÄHNCHEN, KORINTHEN UND PINIENKERNEN

ZUBEREITUNGSZEIT: 25 Min.

GRILLZEIT: 10–15 Min.

ZUBEHÖR: gelochte Grillpfanne

Für das Dressing

- 1 große Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 ½ EL Aceto balsamico
- 1 EL Mayonnaise
- 1 EL Dijon-Senf

- grobes Meersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- 4 Hähnchenbrustfilets (je etwa 180 g)
- 1 EL Butter, zerlassen
- 180 g französisches oder italienisches Weißbrot vom Vortag, entrindet, in 2 ½ cm große Würfel geschnitten
- 120 g gemischte zarte Salatblätter einschließlich Radicchio
- 50 g Korinthen
- 50 g Pinienkerne, geröstet (siehe Tipp)
- ¼ kleine rote Zwiebel, in feinen Streifen

1. In einer großen Salatschüssel die Dressingzutaten zusammen mit ½ TL Salz und ¼ TL Pfeffer verrühren. 80 ml Öl langsam unterschlagen, bis eine Emulsion entsteht. Beiseitestellen.

2. Die Hähnchenbrustfilets auf beiden Seiten mit Öl bestreichen und gleichmäßig mit Salz und Pfeffer würzen.

3. In einer zweiten Schüssel 3 EL Öl mit der flüssigen Butter verrühren. Die Brotwürfel darin wenden, bis sie von Fett überzogen sind.

4. Den Grill für direkte mittlere bis starke Hitze (200–230 °C) vorbereiten und die gelochte Grillpfanne etwa 10 Min. vorheizen.

5. Die Brotwürfel in einer Lage in die Grillpfanne geben. Bei geöffnetem Grilldeckel über **direkter mittlerer bis starker Hitze** in 2–3 Min. goldbraun rösten, dabei ein- bis zweimal durchmischen und aufpassen, dass das Brot nicht verbrennt. Sofort zum Dressing in die Salatschüssel geben. Die Pfanne mit Grillhandschuhen vom Grill nehmen.

6. Die Hähnchenbrustfilets über **direkter mittlerer bis starker Hitze** bei geschlossenem Deckel 8–12 Min. grillen, bis sich das Fleisch fest anfühlt und auch im Kern nicht mehr rosa ist, dabei einmal wenden. Vom Grill nehmen und in mundgerechte Stücke schneiden.

7. Hähnchen, Salatblätter, Korinthen, Pinienkerne und Zwiebel in die Salatschüssel geben und alles gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf vier Teller verteilen und sofort servieren.

FÜR 4 PERSONEN

TIPP!

Pinienkernen entweder auf einem Backblech im 180 °C heißen Backofen 5 bis 7 Min. rösten oder in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze auf dem Herd. Sie verbrennen schnell, deshalb nicht unbeaufsichtigt lassen! Sobald die gewünschte Farbe erreicht ist, die Kerne sofort vom Backblech oder aus der Pfanne nehmen, damit sie nicht nachbräunen.



INSALATA DI FRUTTI DI MARE

ZUBEREITUNGSZEIT: 15 Min.

GRILLZEIT: 7–12 Min.

ZUBEHÖR: gelochte Grillpfanne

Für das Dressing

- 1 TL fein abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
- 3 EL frisch gepresster Zitronensaft
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 TL flüssiger Honig

Olivenöl

grobes Meersalz

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

12 große ausgelöste Jakobsmuscheln
(je etwa 40 g), trockengetupft

12 Riesengarnelen (Größe 16/20), geschält,
Darm entfernt

350 g küchenfertige Baby-Calamari, Fangarme
und Tuben getrennt (TK-Ware aufgetaut)

1 rote Jalapeño-Chilischote, in dünne Ringe
geschnitten

4 EL fein gehackte glatte Petersilienblätter

120 g gemischte zarte Salatblätter
einschließlich Rucola

Zitronenspalten

1. Die Zutaten für das Dressing mit 5 EL Olivenöl, ½ TL Salz und ½ TL Pfeffer gründlich verrühren.
2. Den Grill für direkte starke Hitze (230–290 °C) vorbereiten und die gelochte Grillpfanne etwa 10 Min. vorheizen.
3. Von den Jakobsmuscheln den kleinen, harten Seitenmuskel, falls noch vorhanden, abziehen.

4. In einer großen Schüssel 3 EL Öl mit 1 TL Salz und ½ TL Pfeffer verrühren. Jakobsmuscheln, Garnelen und Calamari in der Schüssel gleichmäßig mit dem Würzöl überziehen.

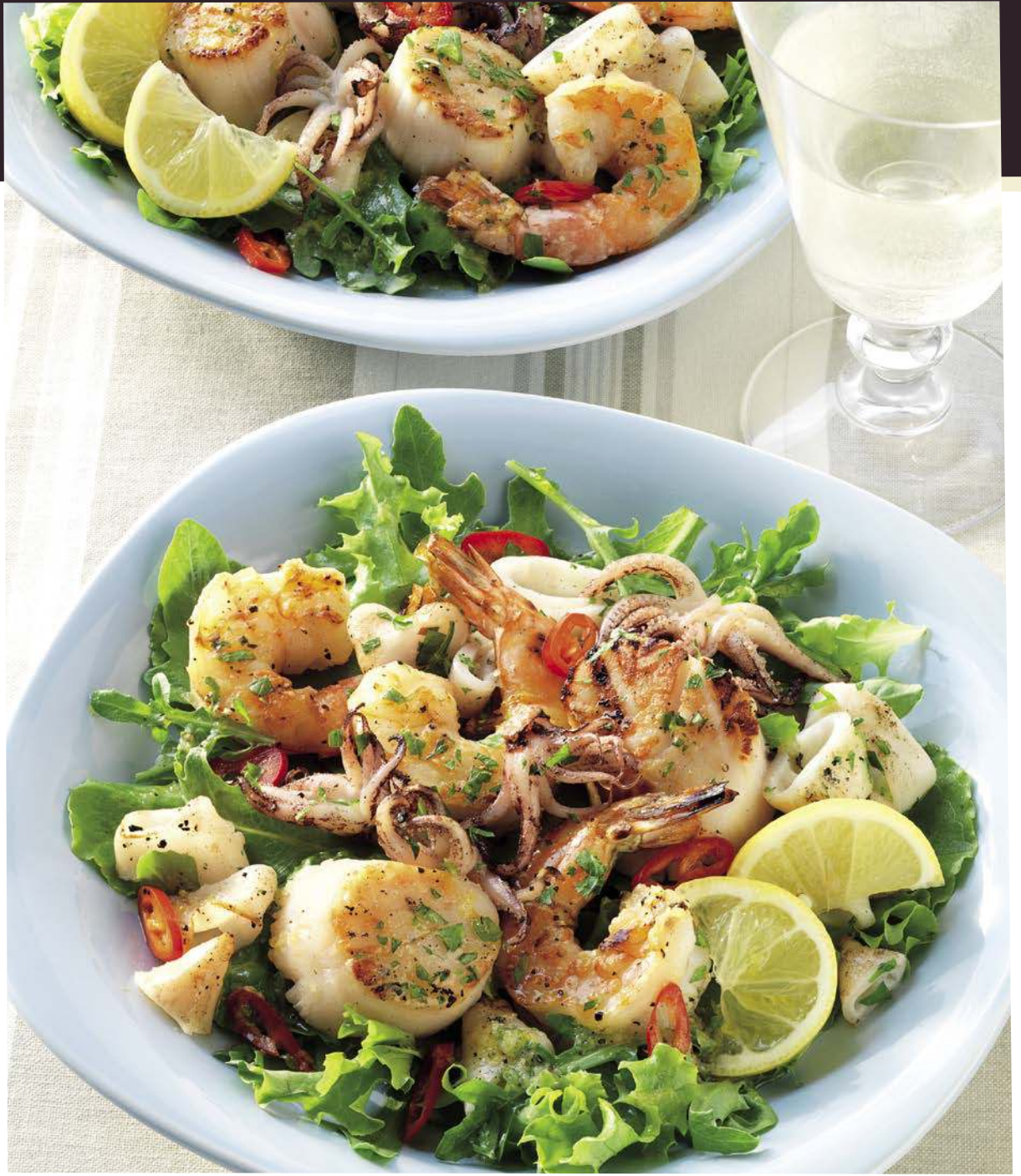
5. Die Meeresfrüchte in der Grillpfanne verteilen und über **direkter starker Hitze** bei geschlossenem Deckel grillen, dabei einmal wenden, bis die Calamari nach 2–3 Min. auf beiden Seiten goldgelb sind, die Garnelen sich nach 2–4 Min. fest anfühlen und im Kern nicht mehr glasig sind und die Muschelfilets nach 3–5 Min. auf beiden Seiten leicht gebräunt und im Kern gerade nicht mehr glasig sind. Fertig gegarte Stücke sofort vom Grill nehmen. Calamari-Tuben in 1 cm breite Ringe schneiden.

6. Das Dressing nochmals aufschlagen. In einer zweiten großen Schüssel die Meeresfrüchte mit den Chiliringen, 2 EL Petersilie und der Hälfte des Dressings behutsam mischen. Die Salatblätter mit dem restlichen Dressing anmachen und auf einzelne Teller verteilen. Die Meeresfrüchte darauf anrichten und mit der übrigen Petersilie garnieren. Warm servieren und Zitronenspalten dazu reichen.

FÜR 4–6 PERSONEN

TIPP!

Baby-Calamari bereiten Sie wie folgt vor: Fangarme abschneiden und beiseitelegen, evtl. die Kauwerkzeuge entfernen. Kopf abtrennen und wegwerfen. Mit den Fingern den Schulp aus dem Körperbeutel ziehen, die Innereien herausdrücken. Die Tuben vor dem Grillen nicht zerteilen.



BISTECCA ALLA FIORENTINA

AUF RUCOLA MIT PARMESANSPÄNEN

ZUBEREITUNGSZEIT: 15 Min.

GRILLZEIT: etwa 10 Min.

2 Porterhouse-Steaks (je 550–650 g schwer und knapp 4 cm dick), überschüssiges Fett entfernt

Olivenöl

grobes Meersalz

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

2 EL fein gehackte Rosmarinnadeln

225 g zarte Rucolablätter

25 g Parmesan, in Späne gehobelt

Saft von ½ Zitrone

1 ganze Zitrone, in 4 Spalten geschnitten



Gemäß der Florentiner Tradition werden Filet und Roastbeef vom T-förmigen Knochen des Steaks getrennt und anschließend quer in Scheiben geschnitten.

1. Den Grill für direkte starke Hitze (230–290 °C) vorbereiten.

2. Die Steaks auf beiden Seiten mit je 1 EL Öl einpinseln. Großzügig salzen und pfeffern, auf beiden Seiten mit je 1 EL Rosmarin bestreuen und die gehackten Nadeln ins Fleisch drücken. Vor dem Grillen bei Raumtemperatur 30 Min. ruhen lassen.

3. Die Steaks über **direkter starker Hitze** bei geschlossenem Deckel bis zum gewünschten Gargrad grillen, etwa 10 Min. für medium rare, also rosa/rot, dabei gelegentlich wenden. Vom Grill nehmen und 5 Min. nachziehen lassen.

4. Inzwischen in einer Schüssel Rucolablätter und Parmesan vermengen. 1 ½ EL Öl, ¼ TL Salz und 1 Prise Pfeffer gründlich untermischen. Den Salat auf einer großen Servierplatte verteilen.

5. Die Steaks in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben dachziegelartig auf dem Rucolabett anrichten und mit dem ausgetretenen Fleischsaft beträufeln. Fleisch und Salat mit weiterem Öl und dem Zitronensaft beträufeln. Mit den Zitronenspalten garnieren und sofort servieren.

FÜR 4 PERSONEN



KRÄUTERWÜRZIGE FLADEN MIT LABNEH-KÄSE

ZUBEREITUNGSZEIT: 15 Min.

GRILLZEIT: 12–14 Min.

ZUBEHÖR: Pizzastein (Ø etwa 36 cm), Pizzaheber (nach Belieben), Silikon-Backpinsel

- 1 Rezept Fladenteig (siehe Seite 93)
- Mehl
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL grobes Meersalz
- 250 g Labneh (orientalischer Frischkäse aus Joghurt; siehe Tipp)
- 2 TL Sesamsamen, geröstet
- 1 TL Za'atar (orientalische Gewürzmischung)
- ½ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 4 EL gehackte Minzeblätter

TIPP!

Labneh ist eine in der Orientküche beliebte Käsespezialität. Ihre Konsistenz erinnert an eine Mischung aus Crème fraîche und Frischkäse. Mit etwas Glück findet man Labneh in orientalischen Feinkostläden. Alternativ auf frischen Ricoatta ausweichen oder aber 4 EL Crème fraîche oder Ziegenfrischkäse mit 180 g Frischkäse glatt rühren. Man kann Labneh auch selbst herstellen: 300 g griechischen Naturjoghurt (10%) in ein feinmaschiges Sieb geben und über Nacht im Kühlschrank abtropfen lassen.

1. Den Grill für direkte mittlere Hitze (175–230 °C) vorbereiten und den Pizzastein nach Herstelleranweisung 15 Min. vorheizen.

2. Den Teig in zwei gleich große Portionen teilen und diese jeweils zu einer Kugel formen. Die erste Kugel auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem 30 cm großen Kreis ausrollen oder mit den Händen ausziehen. Den Pizzaheber (oder ein randloses Backblech) leicht bemehlen und vollständig unter den Teigkreis schieben. Den Teigkreis auf der Oberseite mit 1½ TL Öl bestreichen und auf den heißen Stein gleiten lassen. Über **direkter mittlerer Hitze** bei geschlossenem Deckel etwa 3 Min. backen, bis die Unterseite leicht gebräunt ist und sich fest anfühlt. Den Fladen mit dem Pizzaheber vom heißen Stein nehmen. Umdrehen und die gegrillte Seite mit 1 EL Öl bestreichen, danach gleichmäßig mit ½ TL Salz bestreuen. Erneut auf den Pizzastein gleiten lassen und über **direkter mittlerer Hitze** bei geschlossenem Deckel weitere 3–4 Min. backen, bis der Teigboden goldbraun ist.

3. Den Fladen auf ein Schneidbrett geben. Sofort die Hälfte des Frischkäses aufstreichen, dabei einen etwa 1 cm breiten äußeren Rand frei lassen. Gleichmäßig mit 1 TL Sesamsamen, ½ TL Za'atar, ¼ TL Pfeffer und der Hälfte der Minze bestreuen. Wie eine Torte aufschneiden und warm servieren.

4. Den Pizzastein mit dem Silikon-Backpinsel von allen Mehresten säubern. Aus den übrigen Zutaten wie beschrieben einen zweiten Fladen zubereiten.

ERGIBT 2 FLADEN (Ø 30 CM)



MEDITERRANES GRILLEN



• **Das neue Standardwerk rund ums mediterrane Grillen.** Ein laues Sommerlüftchen, ein Glas Wein – und vom Grill ziehen verführerische Düfte herüber ... Urlaubsfeeling macht sich breit, und auf einmal rückt die Terrasse ganz nah ans Meer. Über 80 neue Rezepte prallvoll Sonne und den Aromen der Mittelmeerküche machen's möglich!

• **Rezepte für vorneweg, das passende Dazu und ein süßes Finale.** Bei Wolfsbarsch mit Basilikum-Gremolata und Hähnchen-Tajine mit Safran hört mediterraner Grillgenuss längst nicht auf: Appetizer, Beilagen und Desserts gehören natürlich auch dazu. Ob in Serrano gewickelte Feigen, Ratatouille vom Grill oder Pfirsichtarte mit Mandelguss – kreieren Sie Ihr Lieblings-Mittelmeermenü.

• **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 die Grillzeiten von Fleisch, Fisch, Geflügel und Gemüse.



WG 455 Themenkochbücher
ISBN 978-3-8338-5025-7



9 783833 850257

€14,99 [D]
€15,50 [A]

www.gu.de

