

10. August 2006 Rev. 1

GRILLABEND

MIT GÜMPI UND MÄRKI

GEFÜLLTE HÄHNCHENBRUST MIT GEFÜLLTEN CHILIS AUF LATTICHSALAT

5 Hähnchenbruststücke

10 sonnengetrocknete Tomaten (1 h in heissem Wasser einweichen)

10 grosse Basilikumblätter

150 g frischer Ziegenkäse

Grobes Salz und schwarzer Pfeffer

3 EL Olivenöl

2 EL Zitronensaft

Den Ziegenkäse in 10 Scheiben schneiden. Taschen in die Bruststücke schneiden. Die Taschen mit getrockneten Tomaten, Basilikumblättern und Ziegenkäse füllen und mit Zahnstochern verschliessen. Dann in Auflaufform legen ,mit Salz und Pfeffer würzen und mit Öl und Zitronensaft übergiessen. Marinieren lassen und zwei bis dreimal wenden. Bei hoher Temperatur 4-6 min.pro Seite direkt grillieren. Heisser Grillrost vorgängig mit etwas Öl bestreichen.

Salat

10 rote Peperoncini waschen, längs aufschneiden, weisse Häutchen und Kerne entfernen

Füllung:

120 g Ricoto

4 EL geriebener Parmesan

1 Knoblauchzehe gepresst

2EL Basilikum, fein geschnitten alles mischen und mit Salz, Pfeffer und Zimt würzen

Chilis mit der Mischung füllen und in Backform legen

und mit wenig Olivenöl beträufeln.

ca. 15 - 20 Min. bei mittlerer Hitze grillieren.

Sauce:

1 EL Balsamico

3 EL Olivenöl

1 EL Sojasauce

¼ TL Paprika

Pfeffer aus der Mühle

Lattichsalat mit Sauce mischen , auf Teller verteilen und die lauwarme Chili darauf legen.

BABY BACK RIBS MIT KARTOFFELN

Zutaten:

4 Rippenstücke vom Schwein
4 Stängel Zitronengras fein gehackt
4 Knoblauchzehen fein gehackt
1 Stück frischer Ingwer (5cm) geschält und fein gehackt
2 Schalotten fein gehackt
2-6 Chilischoten in dünne Ringe geschnitten
2 Hände voll Korianderblätter frisch gehackt
3 EL Zucker
2 TL Koriander gemahlen
1 TL schwarzer Pfeffer
60 ml Sojasauce
3 EL Zitronensaft
80 ml Pflanzenöl

Zum Servieren:

20 g Korianderblätter frisch gehackt
120 g geröstete Erdnüsse gehackt
Vietnamesische Dipsauce

Die Rippenstücke in eine Auflaufform legen.

Für die Marinade Zitronengras, Knoblauch, Schalotten, Ingwer, Chilischoten und Korianderblätter in eine Schüssel geben. Zucker, Koriander, Sojasauce, Zitronensaft und Öl unterrühren. Diese Mischung über die Rippen gießen und auf beiden Seiten in das Fleisch einreiben. Wenigstens 8 Stunden abgedeckt im Kühlschrank marinieren lassen. Von Zeit zu Zeit wenden.

Die Rippen ca. 1 ½ Stunden indirekt grillieren. Wenn die Rippen gar sind, liegen die Knochenenden frei.

Vietnamesische Dipsauce:

3 EL Zucker
2 Knoblauchzehen fein geschnitten
125 ml warmes Wasser
60 ml Fischsauce
60 ml Limettensaft
1 EL Reisessig
1-2 Chilis, quer in hauchdünne Ringe geschnitten
¼ TL Schwarzer Pfeffer

Zucker und Knoblauch zu einer Paste verarbeiten. Wasser, Fischsauce, Limettensaft und Reisessig zugeben und verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Chilis und schwarzer Pfeffer untermischen.

Baked potatoes:

5 grosse Kartoffeln
180 g saurer Halbrahm
1 TL grobkörniger Senf
1 Knoblauchzehe gepresst
½ TL Salz
25 g Schnittlauch

Kartoffeln mit einer Gabel mehrmals einstechen, einzeln in leicht gefettete Folien packen. **50-60 Minuten auf schwacher Glut garen.** Gelegentlich wenden.

Alle Zutaten mischen, Schnittlauch begeben. Kühl stellen.

WÜRZIGE FAJITAS MIT SALSA FRESCA UND GUACAMOLE

Marinade:

2 Knoblauchzehen zerdrückt
½ TL Chiliflocken zerstoßen
½ TL Kreuzkümmel gemahlen
½ TL getrockneter Oregano
¼ TL Piment gemahlen
2 EL Bier
1 EL Olivenöl
500g Rumpsteak

Alle Zutaten für die Marinade miteinander verrühren. Das Fleisch in eine Schüssel legen, die Marinade darüber geben und wenden. 1 h kühl stellen.

Guacamole:

2 grüne Chilischoten, entkernt und gehackt
2 EL Koriandergrün, fein gehackt
4 EL Limonensaft
2 mittelgroße Avocados, zerdrückt

Salz, schwarzer Pfeffer

Alle Zutaten bis auf Salz und Pfeffer miteinander zerdrücken, bis sie gut verbunden, aber noch stückig sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kühl stellen.

Salsa Fresca:

6 mittelgroße Tomaten, entkernt und fein gewürfelt
1 Zwiebel fein gehackt
1 frische grüne Chili, entkernt und fein gehackt
2 Knoblauchzehen zerdrückt
1 EL Limonensaft
2 EL Olivenöl

2 EL Koriandergrün fein gehackt

Salz und schwarzer Pfeffer

Zutaten bis auf Salz und Pfeffer mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 30 Minuten ziehen lassen.

Fajitas:

4 Tortillas aus Weizenmehl
Salz und schwarzer Pfeffer
Kopfsalat
Crème fraîche

Fleisch grillen (Grillzeiten von jeder Seite: blutig 5 Min; medium 7 Min; durch 10 Min.). Die Scheiben quer in 1 cm dicke Streifen schneiden. Tortillas erwärmen (auf Grill jede Seite 30 Sek.). Die Steakstreifen auf die heißen Tortillas legen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen und Kopfsalat, Salsa fresca, Guacamole und Crème fraîche obenauf geben, aufrollen und heiss servieren.

LAMMKEULE MIT MISCHGEMÜSE

2 kg vorbereitete Lammkeule

1 EL Salz

2 TL schwarzer Pfeffer

6 Knoblauchzehen in Scheiben

2 Hand voll glatte Petersilie, grob gehackt

Für die Füllung eine zusätzliche Tasche in die Lammkeule schneiden. Fleisch gleichmässig mit Salz und Pfeffer bestreuen. Über die eine Hälfte Knoblauch und Peteresilie geben. Zur Hälfte falten und Spiesse hindurchschieben. **Grillen bei mittlerer Hitze über Holzkohlegrill, dabei ein Mal wenden. Grillzeit 50 - 60 Minuten.** Kerntemperatur 60-70 Grad. Auf ein Brett legen , mit Folie abdecken und vor dem Aufschneiden 5 Minuten ruhen lassen.

Mischgemüse:

250 g Erbsen

Salz

4 Zucchini (ca. 750 g)

4 reife Tomaten

Frischer Oregano

4 EL Olivenöl

Knoblauchsatz

Schwarzer Pfeffer

200 g Feta Käse

Die Erbsen in kochendem Salzwasser ca. 5 Min. bissfest garen. Die Zucchini in nicht zu dünne Scheiben schneiden. Die Stielansätze der Tomaten entfernen. Die Früchte kurz überbrühen , häuten, entkernen und in Stücke schneiden. Oregano waschen und Blätter zupfen.

Alufolie in 4 Stücke (30 x 30 cm) reissen mit Olivenöl bestreichen und Gemüse darauf verteilen. Mit Oreganoblätter bestreuen, mit Knoblauchsatz und Pfeffer würzen. Den Feta über das Gemüse bröseln. Mit restlichem Olivenöl beträufeln und Folie gut verschliessen.

10 -12 Min.grillen bis das Öl darin leise brutzelt.

GEGRILLTE ANANAS UND ÄPFEL MIT CITRONENEIS

1 Ungeschälte Ananas geviertelt

5 Äpfel geviertelt

4 EL dunkler Rum

2 EL Limonensaft

4 EL Honig

Das holzige Innere der Ananas entfernen , bei den Äpfeln die Kerne ausschneiden. Für die Glasur Rum, Limonensaft und Honig miteinander verrühren.

Bei mittlerer Hitze von jeder Seite 5 - 10 Min.grillen, bis sie heiss und ein wenig dunkel sind.

Dabei mit der Glasur bepinseln.