

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

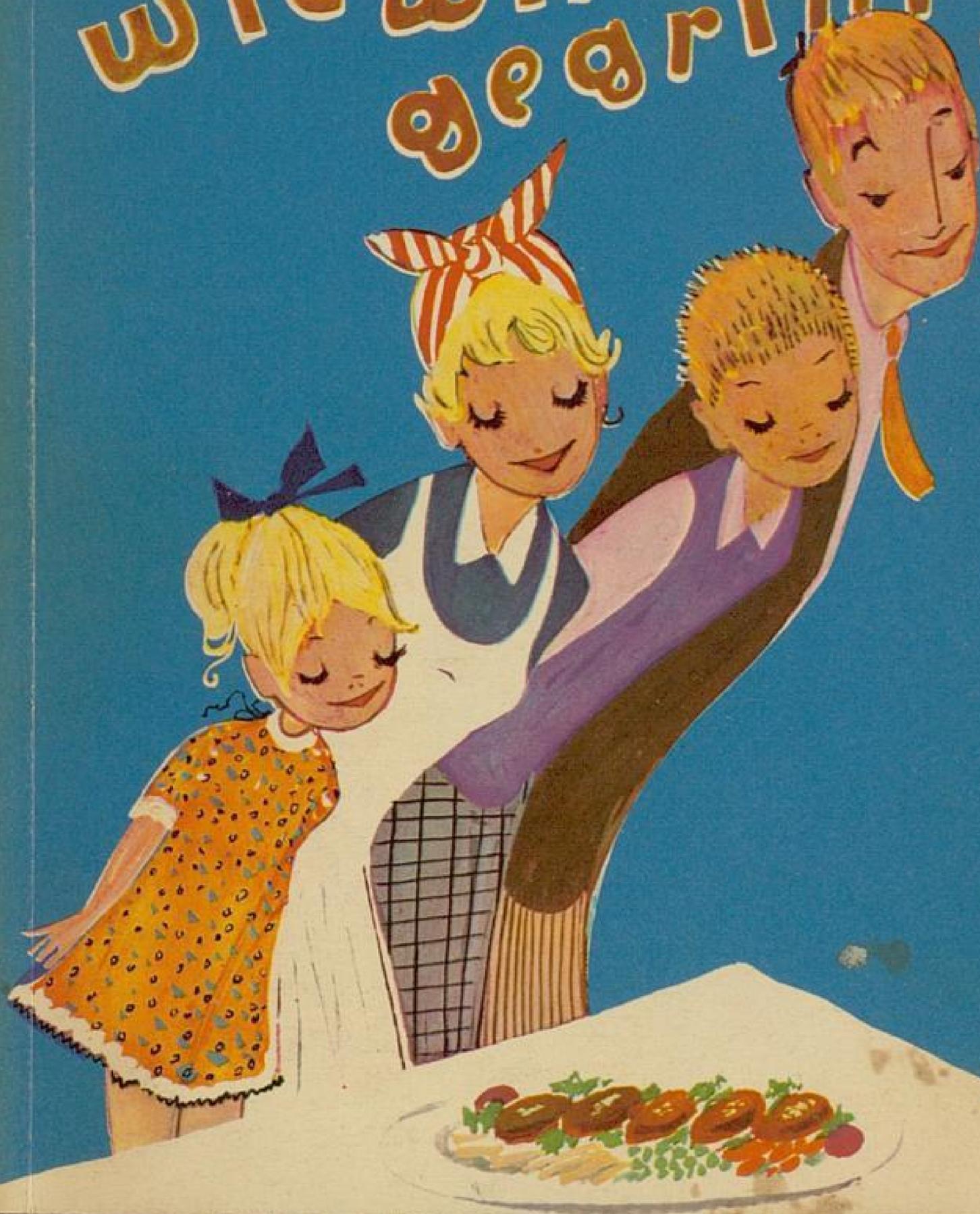
Die große Grillfibel

Neff-Werke <Bretten, Baden>

Bretten, [ca. 1960]

urn:nbn:de:bsz:31-106135

wie wird gearillt?



So wird geprellt!

S-33650



*Die Zitate auf den Seiten 11, 15, 17 und 27 wurden mit freundlicher Genehmigung
des Woldemar Klein Verlags Baden-Baden aus dem „Almanach der Dame“
entnommen.*

Die

große Grillfibel



Herausgegeben von den
NEFF-WERKEN
CARL NEFF GMBH. BRETTEN

K

118 4 1130

Inhalt

Seite	
5	Einleitung
5	Vorteile des Grillens
6	Die Bedeutung des Grillens bei Diätkost
8	Die Grilltechnik
9	Auswahl des Grillgutes
10	Die Vorbereitung des Grillgutes
10	Vorheizen
12	Einsetzen
12	Grillen
14	Anrichten
16	... und noch eins, verehrte Hausfrau ...
18	Allgemeine Grillregeln
19	Grillrezepte
50	Rezeptverzeichnis

NEFF *glüh* GRILL



Versuchen Sie einmal zu pfeifen, während Sie zusehen, wie jemand herzhaft in eine Zitrone beißt! – Es geht nicht! – Ist es beim Anblick eines schön gedeckten Tisches nicht ähnlich? Schmecken wir das Dargebotene nicht förmlich auf der Zunge? Sie wissen, verehrte Hausfrau, daß auch das Auge mitißt. Neben dem guten Duft und Geschmack des Gerichtes soll deshalb auch Sorgfalt und Liebe auf das Gedeck, die Dekoration, das gute Aussehen und Anrichten der Speisen verwendet werden. Der Appetit wird dadurch angeregt und die Bekömmlichkeit gefördert.

Seit früher Zeit wird deshalb die Eßkultur gepflegt und die Kochkunst ist eine der angesehensten Künste. Ein Zweig dieser Kochkunst ist das Grillen. Daß die Technik des Grillens – das Braten im eigenen Saft – auch in die Küche der Hausfrau Einzug hält und mehr und mehr Verbreitung findet, hat gute Gründe. Gegrillte Lebensmittel sind nämlich mehr als eine bekömmliche Delikatesse.

Vorteile des Grillens

Richtig gegrillte Lebensmittel weisen keine scharfe Kruste auf und schrumpfen nicht ein, erleiden daher keinen Gewichtsverlust. Sie gehen sogar etwas auf und erhalten ein appetitliches Aussehen. Außerdem schmecken sie viel besser und aromatisch, da der Artgeschmack gewahrt bleibt.

Durch das Bereiten ohne Fett ist es möglich, auch den Men-

schen Abwechslung in der Kost zu bieten, die Bratgerichte jeder Art aus Krankheitsgründen meiden müssen oder eine schlanke Linie bewahren wollen. Alles in Fett Gebratene ist reich an Kalorien und setzt an; außerdem beschwert es die Verdauungsorgane und schädigt sie, wenn sie schon angegriffen sind.

Vieles läßt sich auf dem Grill bereiten. Z. B.: Fleisch- und Fischschnitten, Leber, Nieren, Speckscheiben und Würstchen aller Art. Ja, selbst einige Gemüse- und Obstsorten können gegrillt zu einer Delikatesse werden. Weiter dient der Grill zum schnellen Bräunen und Überkrusten von Speisen und Brotschnitten und zum Rösten von Weißbrot zu Toast.

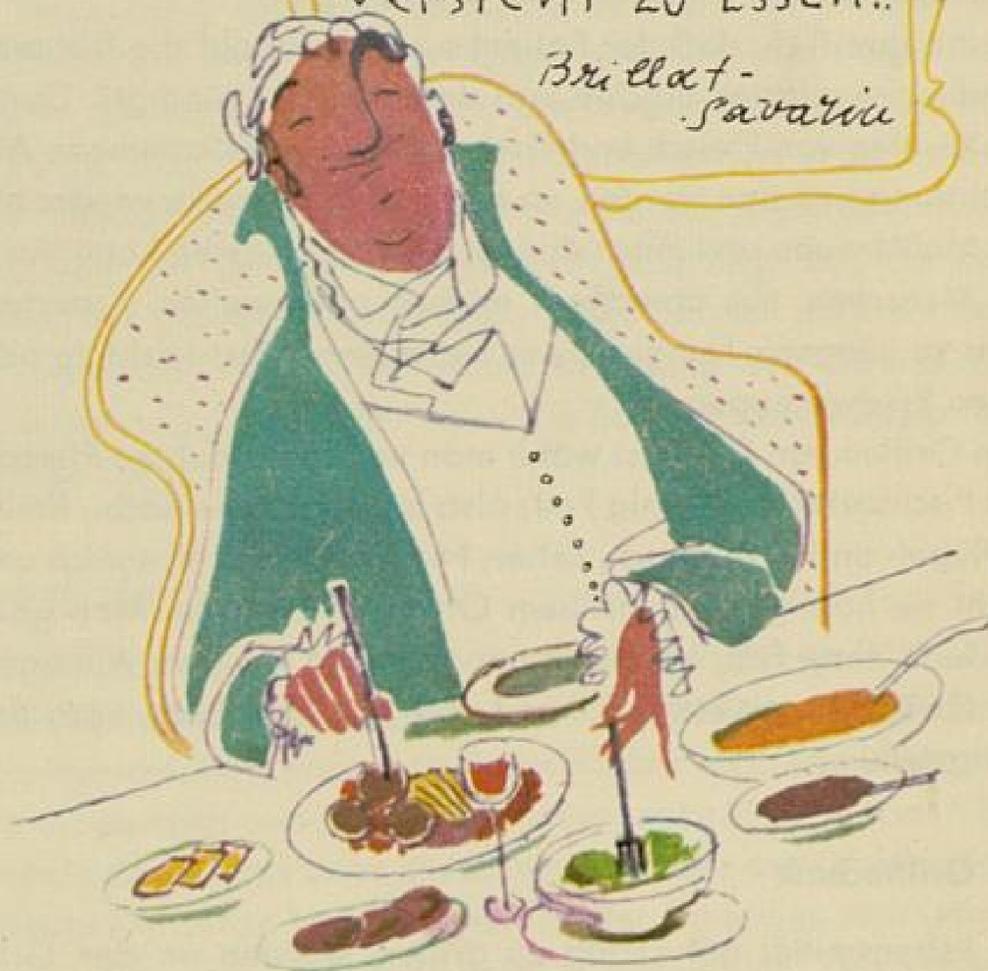
Eine Annehmlichkeit ist die schnelle Zubereitung des Grillgutes. Sie dauert oft nur einige Minuten, da man im allgemeinen nur Schnitten und kleine Stücke grillt. Für Hausfrauen, die im Erwerb stehen, auch für Junggesellen, ist die Bereitung eines reizvollen Mahls kein Problem mehr, wenn ein Grill zur Verfügung steht. Welche Freude macht es z. B., verschiedene Fleischstückchen mit Speck und Obst oder Gemüse in kurzer Zeit auf einem Spieß zu grillen (siehe Seite 34). Mit großem Behagen wird man das Gericht verzehren, der Magensaft wird angeregt, so daß eine solche Delikatesse gut bekommt.

Die Bedeutung des Grillens bei Diätkost

Wie schon erwähnt, bedeutet das Grillen bestimmter Lebensmittel bei der Bereitung von Diätkost eine große Hilfe und

die tiere ernähren
sich
nur der mensch
versteht zu essen..

*Brillat-
Savarin*



Bereicherung. Es ist bekannt, daß bei Magen-, Leber- und Gallenstörungen und bei Abmagerungskuren die Fettzufuhr stark oder fast ganz eingeschränkt werden muß. Alle Brat- und Schmorgerichte sind daher zu meiden. Das stark erhitzte Fett ist nämlich äußerst schwer verdaulich, und da das Bratgut viel davon aufsaugt, vor allem wenn es noch paniert wird, ist die Belastung für die Verdauungsorgane zu groß.

Es ist begreiflich, daß der Patient nur ungern auf die früheren Genüsse verzichten möchte und daher leicht „sündigt“. Durch das Grillen von Fleisch und Fisch kann eine willkommene Abwechslung geboten werden, so daß sich der Kranke wieder auf das Mahl freuen und mit „ruhigem Gewissen“ essen kann. Auch die Menschen, die abmagern müssen oder wollen, brauchen nicht zu hungern. Hungern, wie Sie wissen, führt leicht zu nervösen Erscheinungen.

Zum Grillen von Diätkost wählt man nur die erlaubten Fleisch- und Fischarten mit wenig Fett; also in erster Linie Kalb-, Rind-, Geflügel- und Wildfleisch, Leber, Nieren, Hirn, Kalbsmilch und reicht sie häufig mit gegrilltem Obst und Gemüse. Man grillt die Teile ohne Fett, bepinselt nur den Rost vor dem Auflegen des Grillgutes mit etwas Öl und salzt, wenn erlaubt, nach der Fertigstellung.

Die Grilltechnik

Um Lebensmittel mit Erfolg zu grillen, werden an den Grill bestimmte Forderungen gestellt. Die Leistung des Grillheiz-

körpers muß groß genug sein, um eine hohe Temperatur zu erreichen. Die erzeugte Hitze wird durch Strahlung auf das Grillgut übertragen, wodurch eine besonders günstige Garmachung vor sich geht. Diesen Vorgang bezeichnet man als „grillen“. Der NEFF-glüh-GRILL erfüllt diese Voraussetzungen. Er gewährleistet daher ein einwandfreies schnelles Arbeiten und ein vorzügliches Grillgut. Der Grillheizkörper ist sichtbar an der Decke des Brat- bzw. Grillofens montiert. Nach dem Einschalten kommt er zum Glühen. Die intensive Strahlhitze hat zur Folge, daß sich die Poren der betreffenden Lebensmittel sofort zusammenziehen. Die Dämpfe können sogleich entweichen, weil das Grillgut frei auf dem Rost liegt und bei geöffneter Tür gearbeitet wird. Dadurch tritt schnell ein Gerinnen der Eiweißstoffe und eine leichte Bräunung der Oberfläche ein, während im Innern der wertvolle Saft mit den Nährstoffen erhalten bleibt.

Auswahl des Grillgutes

Zum Grillen eignen sich Fleisch, Fisch, verschiedene Wurstsorten, Gemüse und Obst. Aber nicht alle Teile und Arten sind dafür verwendbar, vor allem beim Fleisch müssen sie besonders ausgewählt werden. So bevorzugt man Fleisch vom Filet (Lende) oder Rücken oder die zarten Teile aus der Keule, junge halbierte Hähnchen und Tauben. Von den Innereien sind Leber, Nieren, Hirn und Kalbsmilch sehr zu empfehlen. Das Fleisch soll gut und mürbe sein; das bedeutet, daß es nach dem

Schlachten 2–3 Wochen im Kühlschrank hängen muß, denn frisch geschlachtetes Fleisch kann auch durch längeres Grillen nicht zart und weich werden.

Die Vorbereitung des Grillgutes

Das Grillgut, gleich welcher Art, soll beim Einsetzen möglichst trocken sein. Es wird mit einem Tuch abgetupft und darf nicht gesalzen werden, weil dadurch aus dem Gewebe Feuchtigkeit an die Oberfläche tritt. Je nach Art und Rezept kann jedoch das Grillgut vorher mit anderen Gewürzen eingerieben werden. Fleisch- und Fischeiben müssen glatt und in derselben Stärke geschnitten werden, damit sie gleichmäßig bräunen können. Beim Fleisch sollen Sehnen und Häute entfernt oder eingeschnitten werden, um ein Zusammenziehen oder Werfen zu verhindern.

Wenn Fett angewendet wird, bepinselt man das Grillgut vor dem Einsetzen mit Öl, da es am hitzebeständigsten ist, hin und wieder bei Gemüse auch mit ausgelassener Butter. Sie verträgt höhere Hitze als frische Butter. Bei magerem Fleisch ist das vorherige Einlegen in Öl zu empfehlen, das mit Kräutern gewürzt wurde.

Vorheizen

Der NEFF-glüh-GRILL wird, wie aus der Bedienungsanleitung des jeweiligen Gerätes ersichtlich, eingeschaltet und stets mit Rost und Fettpfanne bei geschlossener Tür aufgeheizt, um eine



*Die Entdeckung eines neuen Gerichtes ist für das Glück
der Menschen von größerem Nutzen als die Entdeckung
eines neuen Gestirns.*
Brillat-Savarin

gute Wirkung zu erzielen. Die Vorheizzeit richtet sich nach dem Grillgut und liegt zwischen 4-8 Minuten. Bei Fleisch braucht man im allgemeinen etwas längere Zeit als bei Fisch, Gemüse oder Obst. Je dünner das Fleischstück, um so stärker muß die Hitze sein. Bei dickeren Teilen, bei denen die Wärme länger benötigt, um ins Innere einzudringen, heizt man nicht so lange vor, damit sie nicht außen verkrusten und innen ganz roh bleiben.

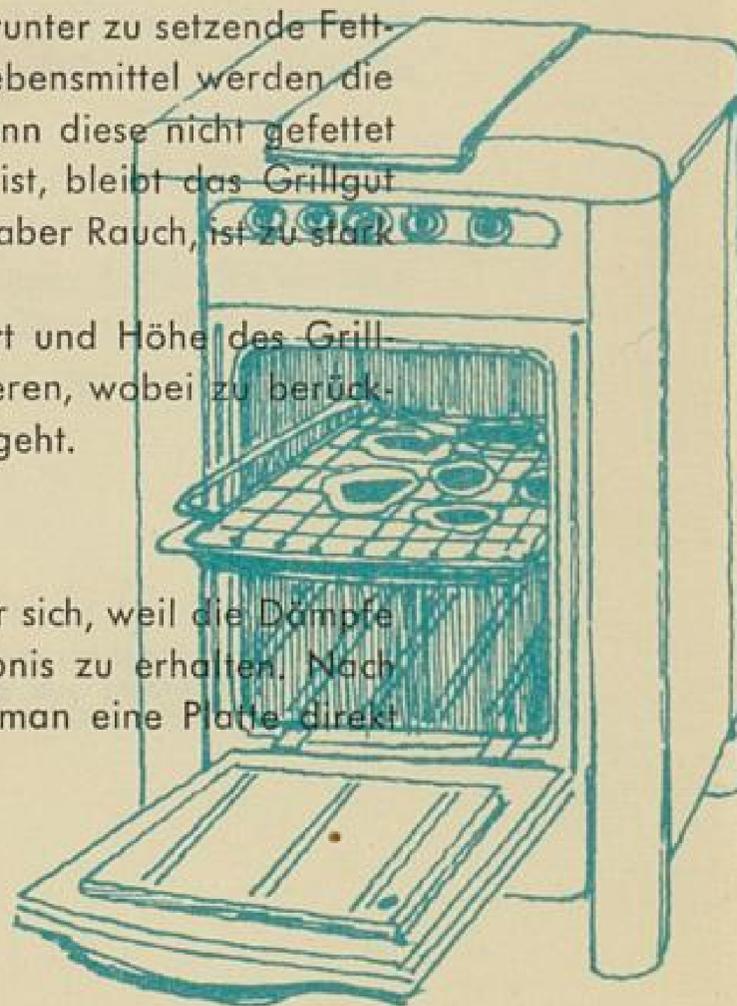
Einsetzen

Zum Einsetzen dient ein besonders enger Rost, damit das Grillgut mühelos gewendet werden kann und auch nicht durch die Gitterstäbe rutscht. Er paßt auf die darunter zu setzende Fettpfanne. Kurz vor dem Auflegen der Lebensmittel werden die Roststäbe schnell mit Öl bepinselt, wenn diese nicht gefettet sind. Falls der Rost nicht heiß genug ist, bleibt das Grillgut an den Stäben hängen. Entwickelt sich aber Rauch, ist zu stark vorgeheizt.

Die Einschubhöhe richtet sich nach Art und Höhe des Grillstückes. Man muß es vorher ausprobieren, wobei zu berücksichtigen ist, daß Fleisch z. B. noch aufgeht.

Grillen

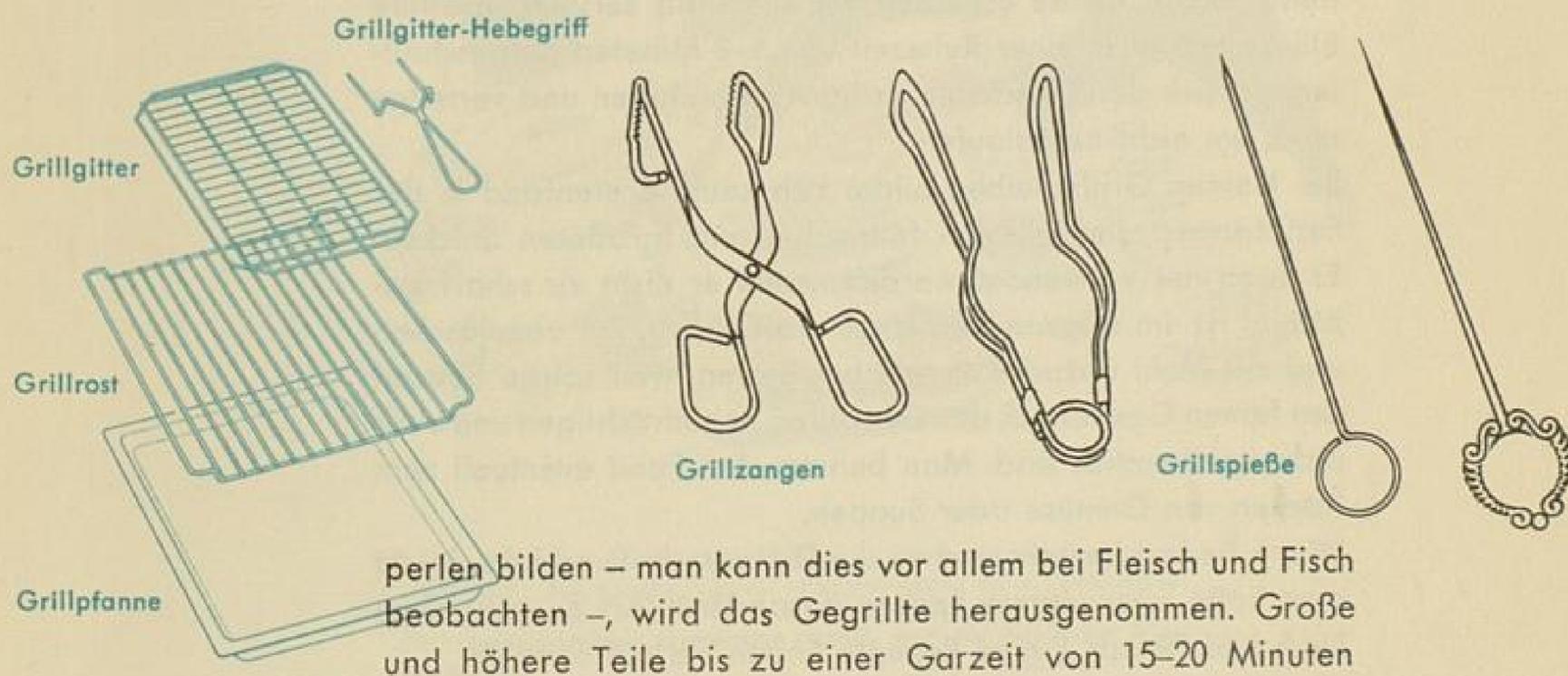
Das Grillen geht bei geöffneter Tür vor sich, weil die Dämpfe abziehen müssen, um ein gutes Ergebnis zu erhalten. Nach dem Einsetzen oder Wenden schiebt man eine Platte direkt



auf den Boden des Grillraums, auf der man das Gegrillte anrichten will.

Beim Grillen verwendet man keine Gabel, sondern eine Küchenzange (siehe untenstehende Abbildung) und ein langes Pfannenmesser, um das betreffende Stück gut wenden und herausnehmen zu können. Durch Einstechen mit der Gabel würde Saft herauslaufen und verlorengehen.

Flache Scheiben und Stücke brauchen meist nur einmal gewendet zu werden. Für die erste Seite rechnet man beim Grillen vielfach etwas längere Zeit als für die zweite. Sobald beim Grillgut die Oberfläche glänzend erscheint, muß gewendet werden. Wenn sich auf der nun oben liegenden Seite Saft-



perlen bilden – man kann dies vor allem bei Fleisch und Fisch beobachten –, wird das Gegrillte herausgenommen. Große und höhere Teile bis zu einer Garzeit von 15–20 Minuten

wendet man mehrmals. Nach dem ersten schnellen Bestrahlen von beiden Seiten setzt man sie tiefer, damit die Oberfläche nicht verkrustet. Bei hohen Fleischstücken prüft man durch Aufdrücken, ob die richtige Grillzeit erreicht ist. Wenn das Fleisch dabei elastisch nieder- und wieder hochgeht, ist dies der Fall.

Anrichten

Sobald das Gegrillte fertig ist, wird es von beiden Seiten mit feinstem Salz bestreut, auf die vorgewärmte Platte gegeben und nach Belieben mit einigen Butter- oder Margarineflöckchen bester Qualität belegt. Noch besser schmeckt etwas Kräuterbutter dazu. Kleine Scheiben werden bald serviert, größere Stücke erst nach einer Ruhezeit von 5–8 Minuten aufgeschnitten, da sich der Fleischsaft im Innern beruhigen und verteilen muß, um nicht auszulaufen.

Bei kleinen Grillscheiben bildet sich kaum Bratenfond in der Fettpfanne; allenfalls bei fettreichen und größeren Stücken. Er kann nur verwendet werden, wenn er nicht zu scharf gebräunt ist. Im allgemeinen ist es nicht üblich, ihn abzulöschen und mit Mehl anzudicken wie bei Braten, weil solche Saucen den feinen Geschmack des Gegrillten beeinträchtigen und auch nicht bekömmlich sind. Man benutzt den Fond eventuell zum Kochen von Gemüse oder Suppen.

Wenn Bedarf besteht und es die Diätvorschrift erlaubt, reicht man kalte oder warme Saucen besonderer Art zu gegrilltem Fisch und Fleisch. Einige Rezepte finden Sie auf Seite 44.



„Jedes Mal, wenn ein Gericht von wohlbekannter und ausgezeichneter Schmackhaftigkeit aufgetragen wird, beobachte man aufmerksam die Gäste und setze alle diejenigen, deren Physiognomie kein Entzücken verrät, auf die Liste der Unwürdigen!“

Brillat-Savarin

... und noch eins, verehrte Hausfrau ...

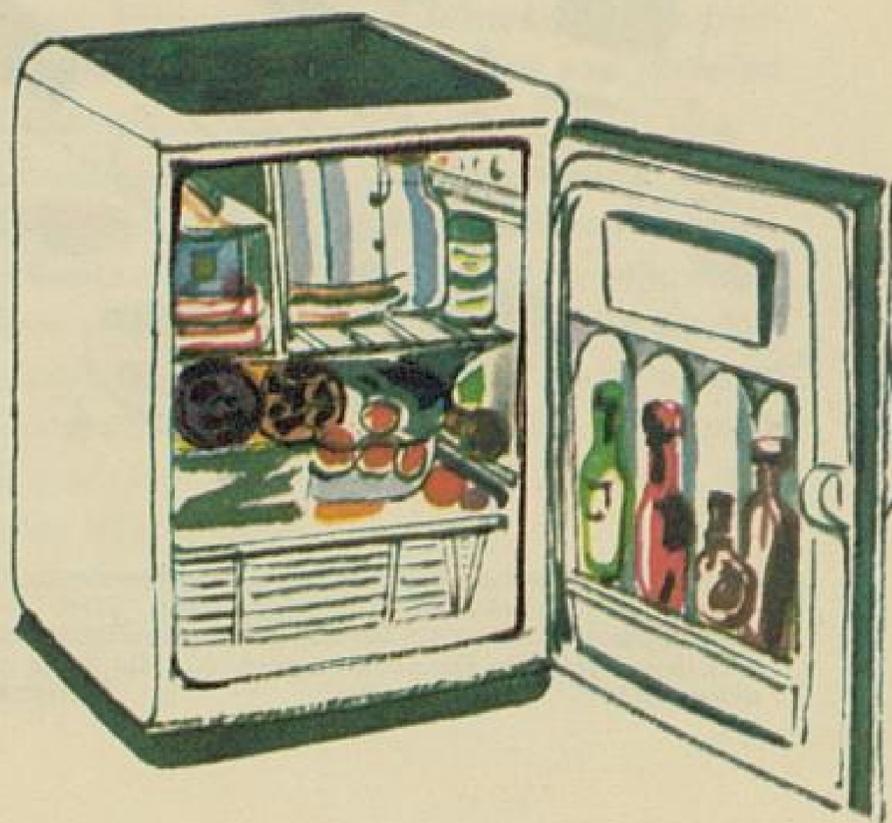
Sie sind stets gerüstet, wenn Sie Weißbrot, Eier, Tomatenmark oder Tomaten-Ketchup, Würstchen in Dosen, Schinken, Zitronen, ein paar Äpfel, Schmelz- und Reibkäse, Öl und Gewürze in der Speisekammer haben.

Übrigens: Der NEFF-Kühlschrank macht Ihnen die Bevorratung besonders leicht. Er ist geräumig, braucht sehr wenig Strom und bewahrt Ihre Lebensmittel vor Verderb.

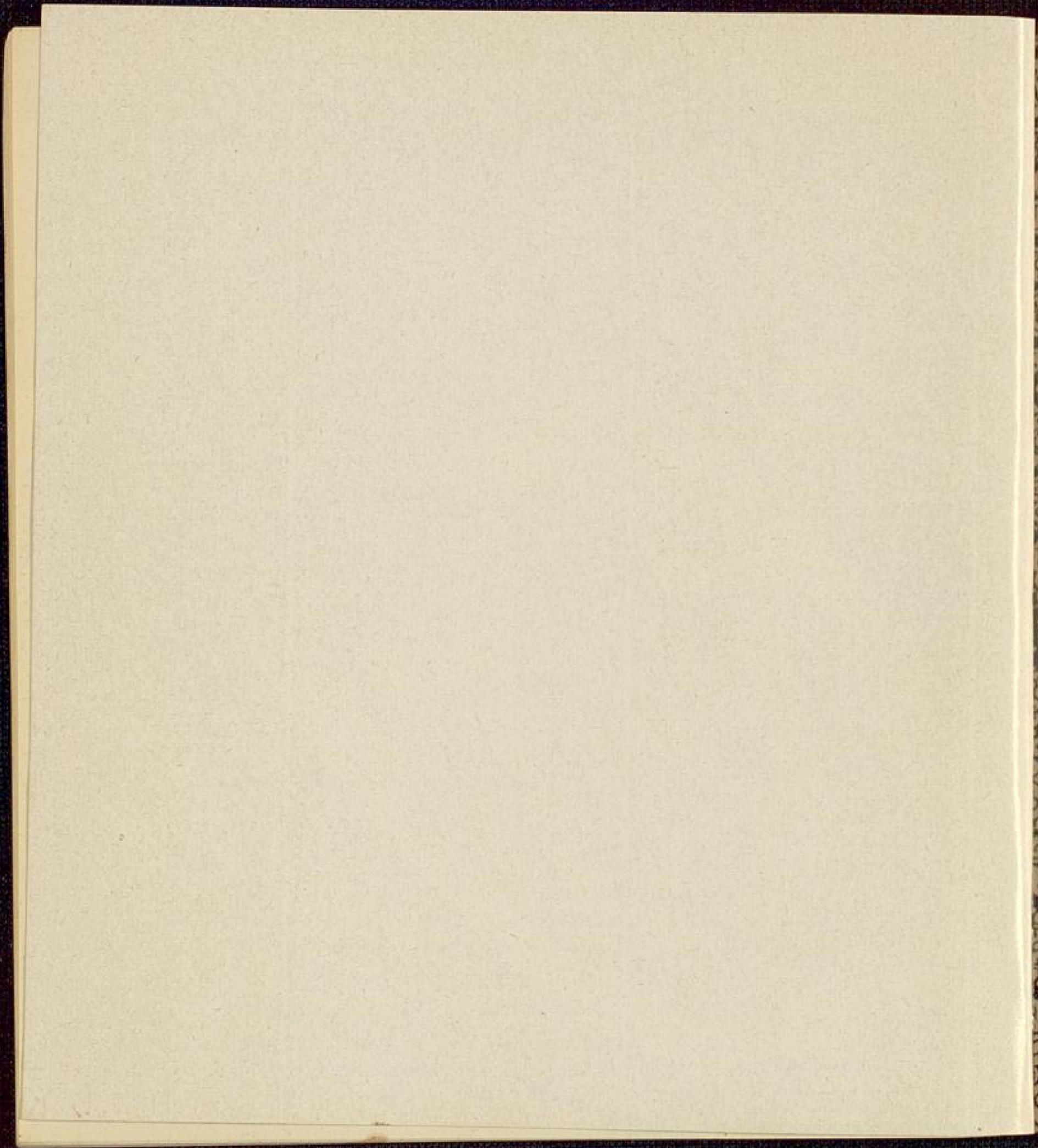
Und nun wünschen wir Ihnen recht viel „GRILL“-Erfolg und einen guten Appetit!

Ihre

NEFF-WERKE









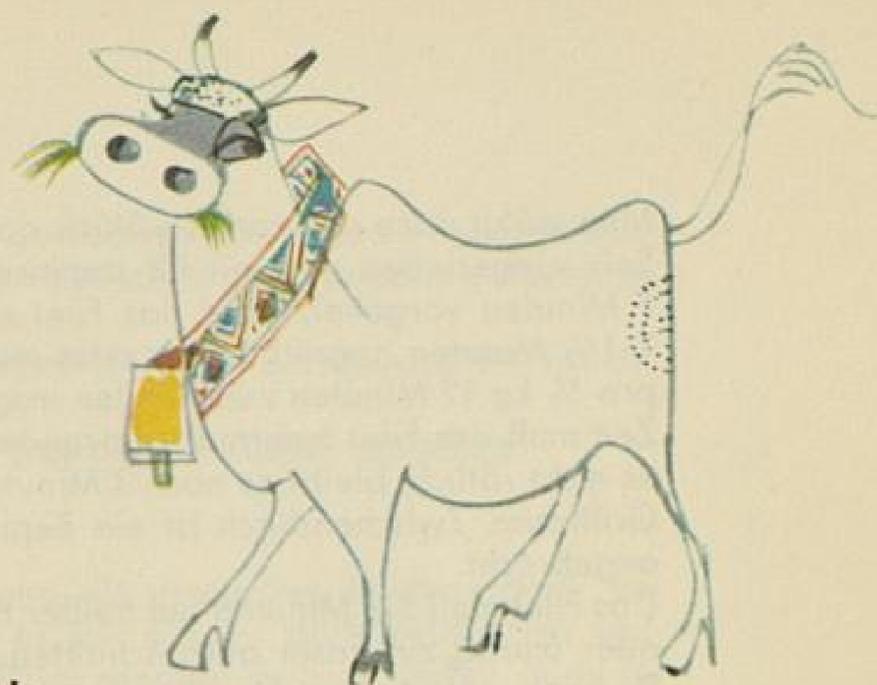


Der wahre Feinschmecker wird niemals ein Gespräch beginnen, bevor er nicht mit dem ersten Gang zu Ende ist: es wäre ein zu gewagtes Unternehmen, in diesem feierlichen Augenblick seine Aufmerksamkeit zu teilen.

Allgemeine Grillregeln

Da sich beim Grillen verschiedene Arbeitsgänge wiederholen, werden sie in den Rezepten nicht immer erwähnt.

1. Der Glühgrill wird mit dem Grillrost bei geschlossener Tür, aber geöffnetem Entlüfter aufgeheizt.
2. Vor dem Auflegen des Grillgutes wird der Grillrost mit Öl bepinselt.
3. Alle Lebensmittel werden in den vorgeheizten Grillraum gesetzt.
4. Während des Grillens bleibt die Tür des Bratofens geöffnet.
5. Nach dem Einsetzen wird eine passende Platte zum Anwärmen auf den Boden des Grillraums gestellt, auf die man später das Grillgut legt.
6. Nach dem Grillen läßt man den Bratofen bei geöffneter Tür auslüften.



Grillrezepte

Gegrilltes Rindfleisch

Vom Rind ist die Lende, auch Filet oder Lungenbraten genannt, das beste Stück zum Grillen. Außerdem verwendet man das Roastbeef dazu, am besten in Scheiben geschnitten, und unter dem Namen Rumpsteak bekannt.

Beim Filet unterscheidet man 4 Teile, die verschieden verwendet werden.

1. Das Filetbeefsteak am Kopf des Filets. Es wird 2 cm hoch geschnitten.
2. Das Châteaubriand, ein doppeltes Filetbeefsteak von 4 bis 6 cm Höhe, das im ganzen gebraten wird.
Diese beiden Stücke ergeben die Hälfte der Lende.
3. Das Tournedos zum Grillen im ganzen oder in Scheiben von 3–4 cm Stärke.
4. Das Filet mignon an der Spitze des Filets, das kleine dünne Stückchen ergibt, die gern auf dem Spieß gegrillt werden.

Rindslende, Filet

Eine ganze Lende wird im Bratofen gebraten. Ein Stück Lende von etwa 500 g kann im Grill bereitet werden.

Man wählt dazu das zarteste Stück, das Tournedos. Es wird mit Salz eingerieben und mit Öl bepinselt. Der Grill wird 6 bis 7 Minuten vorgeheizt und das Filet auf jeder Seite zunächst 1-1½ Minuten gegrillt. Dann setzt man es tiefer und rechnet pro ½ kg 12 Minuten zum Grillen insgesamt. Während dieser Zeit muß das Filet mehrmals gewendet werden. Wünscht man es nicht rötlich, bleibt es noch 3 Minuten ohne Stromzufuhr im Grillraum. Zwischendurch ist ein Bepinseln mit Butterschmalz angebracht.

Das Filet muß 5-8 Minuten auf heißer Platte ruhen, ehe es quer oder schräg zur Faser aufgeschnitten wird.

Es kann auf die verschiedensten Arten angerichtet werden. Die beliebtesten Beilagen sind Pommes frites und Pommes chips oder kleine gekochte Kartoffeln, auch Kartoffelbällchen, Teigwaren und Gemüse aller Art.

Filetbeefsteak oder Lendenschnitte

Sie werden etwa 2 cm stark geschnitten und wiegen 160 bis 175 g. Das Fleisch muß von Sehnen und Häuten befreit werden. Nach Belieben kann man es ein wenig pfeffern und bestreicht es dann mit Öl oder legt es in eine Ölmarinade, siehe Seite 46. Der Grill wird 7-8 Minuten vorgeheizt und das Fleisch auf den Rost gelegt. Sobald sich obenauf Saftperlen zeigen, wendet man und läßt die Steaks auf der zweiten Seite etwa 2-3 Minuten grillen. Nach dem Herausnehmen wird das Filetbeefsteak gesalzen und kann auf alle möglichen Arten angerichtet werden:

Mit Kräuterbutter belegen und mit Zitronenstückchen, Salat und Pommes frites auftragen.

Mit gegrillten Zwiebelscheiben zu Kartoffelbrei, Tomatensalat. Filetbeefsteaks auf Röstbrot mit Sauce Béarnaise, Strohkartoffeln oder Pommes frites, feines Gemüse.

Mit Remouladensauce, gemischtem Salat und Pommes frites. Das Steak mit Steinpilzen bedecken und gebackene Kartoffelbällchen dazugeben.

Als Beilage gefüllte Tomaten, junge Erbsen und Petersilienkartoffeln.

Die Lendenschnitte mit gegrillten Bananen umgeben.

Châteaubriand

Das Châteaubriand kann als doppeltes Filetbeefsteak bezeichnet werden, denn es soll 4–5 cm stark geschnitten werden und wenigstens 300 g wiegen. Es wird daher auch für 2–3 Personen berechnet. Zum Grillen sollte es nicht viel schwerer sein. Die Sehnen und Häute werden entfernt, das Fleisch gewürzt und gut mit Öl bepinselt. Der Grill kann stark vorgeheizt werden, etwa 7 Minuten, damit das Fleisch zunächst schnell auf beiden Seiten etwa 1½ Minuten gegrillt wird. Dann setzt man es tiefer ein und grillt es bei mehrmaligem Wenden 10 Minuten.

Zum Châteaubriand gehört etwas frische Butter, die man auf dem Fleisch zerfließen läßt, Sauce Béarnaise, Pommes frites und grüne Bohnen.

Aber auch die beim Filetbeefsteak angegebenen Beilagen eignen sich zum Châteaubriand.

Tournedos

Das zarte Filetstück, das in der Mitte der Lende zur Spitze hin liegt, liefert die Tournedos, die 3–4 cm stark geschnitten werden und etwa 100 g wiegen. Sie werden ebenso vorgerichtet wie das Filetbeefsteak, häufig mit gebrühtem Bindfaden seitlich umwickelt, damit sie ihre Form behalten. Die Grillzeit ist etwas kürzer, man rechnet etwa 2 Minuten auf jeder Seite.

Tournedos werden gern auf Toast angerichtet, den man nach der Größe des Steaks schneidet. Sie erhalten eine besondere Garnierung, z. B. etwas Gänseleberpastete, 1 Trüffel oder 1 Champignonkopf, oder man umlegt sie mit feinem Gemüse. Eine Béarnaise mit Pommes frites oder Pommes chips oder Reiskugeln schmeckt gut dazu.

Auch die beim Filetbeefsteak aufgeführten Beilagen sind geeignet.

Filets mignons

Die Spitze des Filets liefert die Filets mignons. Sie sind bedeutend flacher als die anderen Teile der Lende und werden für Filetgulasch verwendet. Sie eignen sich ausgezeichnet zum Grillen auf dem Spieß.

Man schneidet die Filetspitze in kleine Stücke, legt sie in eine Öl-Kräutermarinade, siehe Seite 46 und steckt sie danach auf den Spieß. Man grillt sie nur 4 Minuten in dem 7 Minuten vorgeheizten Grill.

Ebenso bereitet man einen Mixed Grillspieß von den Spitzen des Kalbs-, Schweins- und Rindsflets.

Nach dem Herausnehmen bepinselt man die Stückchen mit Kräuterbutter, richtet sie mit kleinen gegrillten Tomaten oder gefüllten Tomatenhälften und Pommes frites an. Aber auch andere gute Beilagen sind geeignet.

Rindshacksteak mit Zwiebeln

400 g Rindfleisch, 2 rohe Eigelb, Salz, Pfeffer, eine Spur Muskat, feingewiegte Zwiebel. 2 Zwiebeln zum Grillen.

Das Rindfleisch wird zweimal durch den Wolf gedreht, mit den anderen Zutaten verarbeitet und gut abgeschmeckt. Von der Masse formt man 4 Steaks, die man leicht mit Mehl be-

stäubt und mit Öl bepinselt. Sie werden auf den 5 Minuten vorgeheizten Grillrost gelegt, mehrmals gewendet und insgesamt 8–10 Minuten gegrillt.

Die Zwiebeln werden vorbereitet und gegrillt wie auf Seite 34 beschrieben, dann auf die Steaks verteilt. Als Beilage eignen sich Kartoffeln, Risotto, Teigwaren, Salate aller Art und Gemüse.

Gegrilltes Kalbfleisch

Vom Kalb sind Filet, Kotelett- und Nierenstück und aus der Keule die Teile Nuß und Oberschale zum Grillen geeignet.

Kalbsfilet

Zubereitung wie Rindslende oder Filet, Seite 19.

Kalbsmedaillons

Zubereitung wie Filets mignons, Seite 22.

Kalbsschnitzel

Kalbsschnitzel nimmt man aus den zartesten Teilen der Keule, der Nuß und der Oberschale.

Sie werden nicht zu dick geschnitten, etwa 1 cm stark, und die Haut am Rand entfernt oder etwas eingekerbt, damit sie sich nicht wölben. Das Fleisch wird mit Butterschmalz oder Öl bestrichen und auf den 6 Minuten vorgeheizten Grillrost gelegt. Man grillt es 3 Minuten auf jeder Seite. Nach dem Salzen kann das Schnitzel auf verschiedene Arten angerichtet werden.

Das Kalbsschnitzel mit Kräuterbutter belegen, auf einen Reissockel geben oder Reiskugeln auf der Platte anordnen, mit

Zitronenscheiben und Petersilie verzieren und Salat dazu reichen. Das Schnitzel mit Butterflöckchen belegen, Zitronensaft darauf träufeln, feines Gemüse und Pommes frites dazu reichen. Mit Risotto, gegrillten Tomaten oder gefüllten Tomatenhälften servieren oder Butternudeln als Beilage wählen. Zu dem Kalbsschnitzel eine bunte Salatplatte geben.

Kalbskotelett

Die Kalbskoteletts werden nicht zu dünn geschnitten, etwa daumendick, sie sollen ein Gewicht von 175–190 g haben. Am Knochen entlang ritzt man das Fleisch leicht ein und schiebt es etwas zurück. Auch am Rand schneidet man es mehrmals ein, damit es sich nicht wölbt. Die Koteletts werden trockengetupft, mit Butterschmalz oder Öl bestrichen und in den 6 Minuten vorgeheizten Grill gegeben, wo man sie 3 Minuten auf der ersten und 2–3 Minuten auf der zweiten Seite grillen läßt. Gleichzeitig können feine Speckscheiben, Tomaten- und Apfelsinenscheiben gegrillt werden, die als Garnierung dienen. Auch viele Gemüsesorten, Salate, Kartoffeln, Reis und Teigwaren werden zu Kalbsschnitzeln gereicht.

Kalbshacksteak

Zubereitung wie Rindshacksteak, Seite 22.

Gegrilltes Schweinefleisch

Das Schwein liefert saftige Stücke zum Grillen. Es sind dazu geeignet das Filet, das Kotelettstück, der Nacken und zarte Teile des Schinkens.

Schweinefilet

1 kleines Schweinefilet von 300 g und einer Höhe von etwa 2,5 cm kann im ganzen gegrillt werden. Größere werden besser in Steaks aufgeschnitten und einzeln gegrillt.

Die Sehnen und Häute werden entfernt, auch etwas Fett, wenn nötig. Die Oberfläche soll möglichst glatt sein. Salz und eine Spur Pfeffer werden in das Fleisch gerieben, aber erst vor dem Einschieben. Der Rost wird 6 Minuten vorgeheizt und das mit Öl bepinselte Filet nicht zu hoch eingesetzt. Es wird nach 2 Minuten gewendet, die andere Seite auch 2 Minuten gegrillt, dann muß es nochmals gedreht werden, was man noch zweimal wiederholt. Insgesamt braucht es etwa 12 Minuten, je nach Höhe. Es soll innen zart rosa aussehen. Zum Schweinefilet eignen sich als Beilage gegrillte Apfel-, Apfelsinen-, Ananas-, Tomatenscheiben und Bananen.

Außerdem reicht man es mit verschiedenem Gemüse und Salaten, gebackenen Kartoffeln, Teigwaren und einer Tomaten- oder pikanten Sauce.

Schweinefiletsteaks oder Medaillons

Filetsteaks werden 2-2½ cm stark aus dem Filet geschnitten, sie sind besonders zart. Nach dem Bepinseln mit Öl schiebt man sie auf den 6 Minuten vorgeheizten Grill und grillt sie 2-3 Minuten auf jeder Seite. Sie werden nach dem Herausnehmen gesalzen, nach Belieben leicht mit Pfeffer bestäubt und mit gegrilltem Obst oder Gemüse und Salat angerichtet. Das Medaillon wird auch auf geröstetem Brot mit Gemüse oder Salat umlegt serviert. Kartoffelkroketten oder Tomatenreis sind eine beliebte Beigabe.

Schweineschnitzel

Zubereitung wie Kalbsschnitzel, Seite 23.

Schweinskotelett

Das Fleisch wird an der Rundung des Koteletts drei- bis viermal eingeritzt, damit es sich beim Grillen nicht wirft. Dann kann es mit einer Spur Pfeffer bestäubt und dünn mit Öl oder Butterschmalz bepinselt werden. Die Koteletts werden auf den 6 Minuten vorgeheizten Grillrost gelegt. Man grillt sie 4 Minuten auf der ersten und 3 Minuten auf der zweiten Seite, bestreut sie mit Salz und legt einige Butterflöckchen obenauf.

Zur Garnierung wählt man Zitronenstückchen, Tomaten in jeder Art, Apfelscheiben mit Preiselbeeren belegt, saure Gurkenscheiben.

Als Beilage gibt man Rotkraut, Sauerkohl, gefüllte Tomaten, Pilze, Kartoffeln, Salate, Risotto, Teigwaren.

Kasseler Rippchen

Scheiben vom Kasseler Rippenbraten werden mit dem Knochen wie Koteletts gegrillt und auch mit den gleichen Zutaten garniert und mit denselben Beilagen aufgetragen.

Schweinhacksteak

Zubereitung wie Rindshacksteak, Seite 22.

Gegrilltes Hammelfleisch

Vom Hammel werden das Filet, das Nieren- und Kotelettstück, sowie zarte Teile aus der Keule zum Grillen verwendet und



*Ein Stück Hammelbraten, vorausgesetzt, daß es windelweich
wie das bereuende Herz eines Sünders sei, werde mit demselben
Herzklopfen empfangen wie ein erstes Liebesgeflüster.*

vom Kenner sehr geschätzt. Da Hammelfleisch schnell erstarrt und talgig wird, Sorge man stets für heiß angewärmte Platten und Teller und richte abkühlende Beigaben getrennt vom Fleisch an.

Hammelfleisch verträgt kräftige Würzen und Beigaben wie Knoblauch, Estragon, Rosmarin, Salbei, Pfefferminze, Paprika, Curry, Zwiebeln und Tomaten in jeder Form. Ferner sind grüne Bohnen, Steinpilze, Mouserons, Rüben und anderes Gemüse als Beilage geeignet. Auch kräftige Saucen mit Rotwein oder Madeira sind erwünscht mit Kartoffeln, Reis und Teigwaren.

Hammelsteaks

Hammelsteaks werden aus der Keule geschnitten. Alles Fett, die Sehnen und Häute entfernt man, legt die Steaks in eine Kräutermarinade oder bestreut sie mit Paprika und Salz und bestreicht sie vor dem Einschieben mit Öl. Der Grill wird 6 Minuten vorgeheizt und die Steaks auf jeder Seite 3 Minuten gegrillt.

Sie werden nach Belieben angerichtet.

Mutton chops

Mutton chops sind 3–4 cm hohe Scheiben vom Filet oder vom gerollten Nierenstück. Sie werden mit der flachen Seite des Hackbeils etwas flach gedrückt, vielfach mit gebrühtem Bindfaden außen umwickelt, damit sie die Form behalten.

Man bestreut sie mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Salbeiblättern oder legt sie in eine Öl-Kräutermarinade. Nach dem Abtropfen gibt man sie auf den 7 Minuten vorgeheizten Grillrost und grillt sie 2–3 Minuten von der ersten und 2–3 Minuten von der zweiten Seite.

Man kann sie mit etwas Zwiebelmus überziehen oder mit

Pilzen belegen und auf gerösteten Schnitten anrichten oder eine der oben erwähnten Beilagen wählen.

Das in fingerdicke Stücke geschnittene Mutton chop wird gern auf kleinen Spießen gegrillt oder zum Mixed Grill verwendet, der aus kleinen Stücken von Rinder-, Kalb- und Hammelfilet mit Leber, Speck und Tomaten besteht.

Hammelkoteletts

Das Hammelkotelett wird 2 cm hoch geschnitten, der Knochen etwas verkürzt und Häute und Sehnen entfernt. Man reibt sie nach Belieben mit etwas Knoblauch oder Thymian ein, salzt und pfeffert sie leicht und bestreicht sie mit Öl. Sie werden in den 6-7 Minuten vorgeheizten Grillraum gelegt und 3 bis 4 Minuten auf der ersten und 3-4 Minuten auf der zweiten Seite gegrillt. Dann garniert man sie mit gegrillten Zwiebelscheiben, Tomaten und trägt sie mit Gemüse und Kartoffelbrei oder einer anderen Beilage auf.

Recht pikant schmeckt das Kotelett, wenn man es nach dem Wenden nach 2 Minuten schnell mit etwas geriebenem Käse bestreut und diesen goldgelb werden läßt.



Gegrilltes Geflügel und Wildfleisch

Zum Grillen sind junge Hähnchen, Hühnchen, Tauben und zarte gut abgehangene Teile vom Hirsch und Reh geeignet.

Hähnchen und Hühnchen

Ein junges Hähnchen oder Hühnchen wird wie üblich vorgerichtet, halbiert oder geviertelt und die Knochen am besten herausgelöst, was bei jungen Tieren sehr leicht geht. Man preßt die Hälften zwischen 2 Brettern, die man beschwert. Das Fleisch wird innen mit Salz eingerieben, etwas Petersilie oder 1-2 Rosmarinblättchen hineingesteckt und mit Butterschmalz bepinselt.

Der Grillrost wird 6-7 Minuten vorgeheizt, das Geflügel erst hoch eingesetzt und von beiden Seiten 2 Minuten gegrillt. Dann setzt man es tiefer ein. Insgesamt braucht es etwa 12 bis 15 Minuten. Während des Grillens muß das Hühnchen mehrmals gewendet und mit Butterschmalz oder Öl bestrichen werden. Man kann es aber auch mit dünnen Speckscheiben belegen, die vorher fertig sind und abgenommen werden müssen.

Nach dem Herausnehmen wird es nochmals fein gesalzen und mit Kartoffelbällchen, Pommes frites, Petersilienkartoffeln oder Reis und Gemüse serviert.



Täubchen

Zubereitung wie Hähnchen, Seite 30.

Rehnüßchen, Rehmedaillons

Diese zarten Teile schneidet man aus dem losgelösten Filet. Es wird in 2-3 cm hohe Stücke aufgeteilt, die man etwas flach drückt. Da Rehfleisch trockener als anderes Fleisch ist, legt man es am besten in eine Öl-Kräuter- oder in Weinmarinade, Seite 46. Der Grill wird 6-7 Minuten vorgeheizt und die Rehnüßchen darauf gelegt. Man grillt sie 2-3 Minuten auf jeder Seite und richtet sie mit gegrilltem Obst an wie Apfelscheiben mit Preiselbeeren belegt, Apfelsinenscheiben und Bananen. Oder man gibt als Beilage Rotkohl, Pilze, Kartoffelbrei, Kartoffelkroketten, Schwenkkartoffeln.

Rehsteaks

Man schneidet sie aus der Keule, reibt sie mit zerstoßenen Wacholderbeeren ein, läßt sie damit $\frac{1}{2}$ Stunde stehen, salzt und pfeffert sie ein wenig und bestreicht sie mehrmals mit Öl oder legt sie in eine Kräutermarinade mit Öl. Dann werden sie etwa 3 Minuten von jeder Seite gegrillt, wozu der Grill 6 Minuten vorgeheizt wurde. Man richtet sie wie Rehnüßchen an.

Hirschsteaks

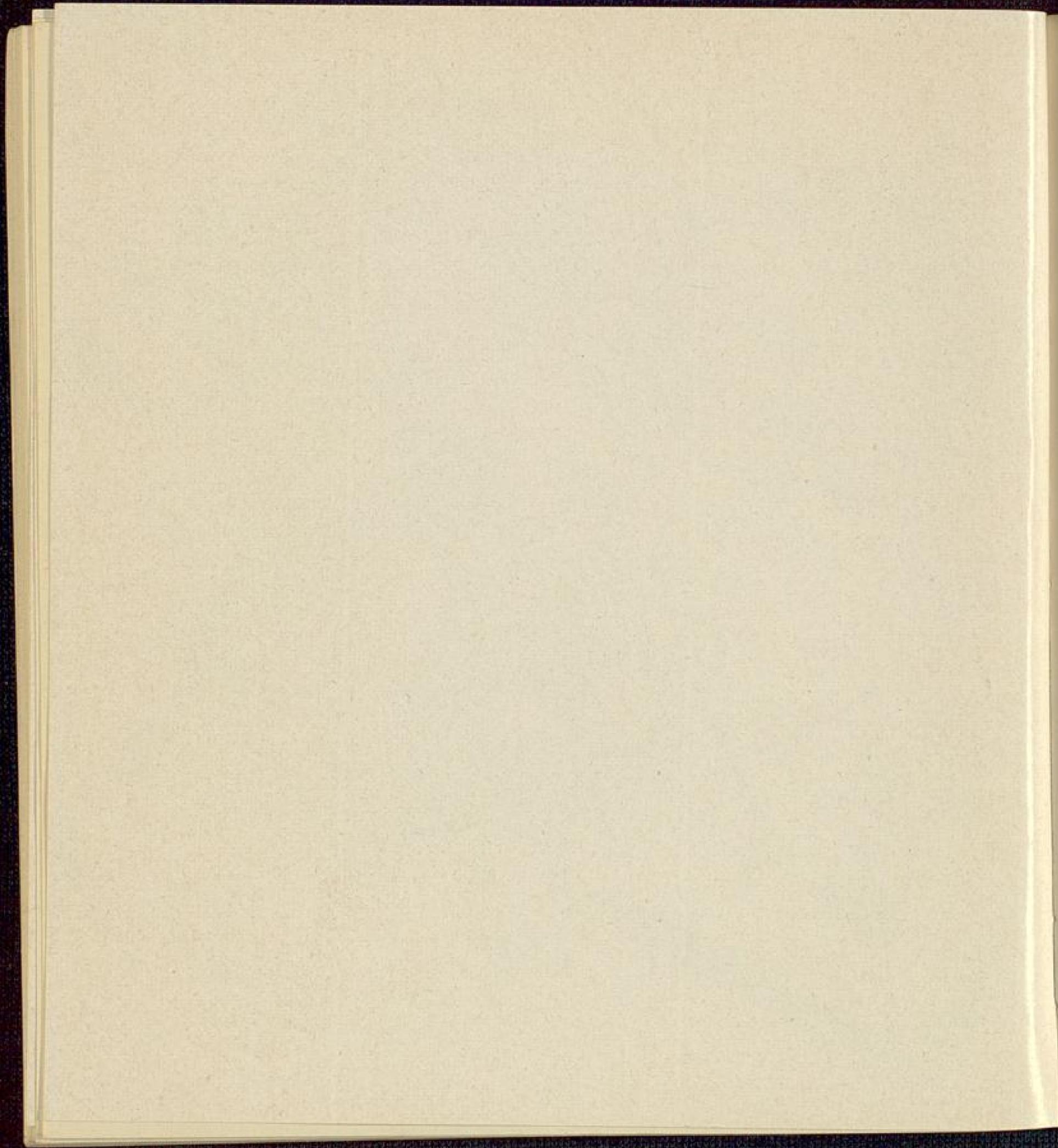
Hirschsteaks bereitet man ebenso wie Rehsteaks.

Innereien

Leber

Leber eignet sich vorzüglich zum Grillen und ist von beson-





derem Wohlgeschmack, wenn sie nicht zu scharf und lange gegrillt wird. Auch ein Mixed Grill mit Leber-, Apfel-, Zwiebel- und Tomatenscheiben bringt angenehme Abwechslung. Am zartesten ist die Kalbsleber, aber auch Schweine-, Hammel- und Rinderleber sowie Geflügel- und Wildleber schmecken gegrillt sehr gut. Nach Belieben können Rinder- und Wildleber einige Zeit in Milch gelegt werden.

Leberscheiben

Die Leber wird gehäutet, die Sehnen entfernt und Scheiben von $\frac{3}{4}$ bis 1 cm Stärke geschnitten. Sie wird trockengetupft, mit Öl bestrichen und in den 5–6 Minuten vorgeheizten Grillraum hoch eingeschoben. Die Scheiben werden etwa 3 bis 4 Minuten auf jeder Seite gegrillt. Nach dem Herausnehmen salzt man sie und setzt Butterflöckchen obenauf.

Wenn Platz vorhanden ist, grillt man gleichzeitig Zwiebel-, Apfel-, Tomatenscheiben oder auch mageren Räucherspeck und richtet die Leberscheiben damit an.

Als Beilage eignen sich Kartoffelbrei, Äpfel und Kartoffeln, Risotto, Butternudeln, Spätzle, Salat und auch Gemüse.

Leber am Spieß

Pro Person rechnet man 100–125 g Leber, 2 dünne Scheiben mageren Räucherspeck, Pfeffer, Salz, Butterflöckchen.

Die Leber wird in 6–7 kleine Stücke geschnitten, nach Belieben fein mit Pfeffer bestäubt, mit Öl bestrichen und auf den Spieß gesteckt. Dazwischen kommen die dünnen aufgewickelten Speckscheiben. Sie werden im vorgeheizten Grillraum 3 Minuten auf jeder Seite gegrillt. Man serviert sie entweder auf dem Spieß oder streift die Stückchen ab. Die Leber wird mit Butter belegt und mit Salz bestreut.

Sehr appetitlich sieht es aus, wenn man einen Berg von Risotto oder Kartoffelbrei auf einem Teller anordnet und die Spieße hineinsteckt. Oder man legt um die abgestreiften Stückchen einen Kranz von Reis oder Kartoffelbrei und verziert mit Tomaten und Petersilie.

Noch reizvoller ist es, wenn kleine Speckscheiben, Apfel- oder Apfelsinenscheiben, Tomaten und ein Stück Zwiebel mitgegrillt werden.

Nierenscheiben

Zum Grillen eignet sich Kalbs-, Schweine-, Rinds- und Hammelniere. Die Niere wird von Fett befreit, der Länge nach aufgeschnitten, jedoch an einem Ende zusammengelassen, so daß man sie aufklappen kann. Nach Belieben kann sie kurz gewässert werden oder man legt sie 10-15 Minuten in Milch, was besonders für Rinderniere angebracht ist. Dann wird sie obenauf leicht dreimal eingeritzt, mit Öl bepinselt oder in eine Ölmarinade gelegt, siehe Seite 46. Der Grillrost wird 6 Minuten vorgeheizt, die Niere daraufgegeben und auf jeder Seite 3-4 Minuten gegrillt. Die Nieren können natürlich je nach ihrer Größe in einzelne Scheiben geschnitten werden. Kalbsniere wird quer in kleine Schnitten geteilt und etwas Fett darangelassen.

Garnierung: Zwiebel-, Apfel-, Tomatenscheiben.

Beilage: Risotto, Teigwaren, Kartoffelbrei, Äpfel und Kartoffeln, Schmorkartoffeln. Tomaten- oder Rotweinsauce, Gemüse oder Salat.

Nieren am Spieß

Zubereitung wie Leber am Spieß, Seite 32.

Bunter Grillspieß

Man kann dazu abwechselnd Leber- und Nierenstückchen, Apfelringe und gebrühte Zwiebelscheiben aufreihen. Zubereitung wie Leber am Spieß, Seite 32.

Kalbsmilch

Die Kalbsmilch wird längere Zeit in Wasser gelegt, das man öfter wechselt, bis sie schön weiß aussieht. Fett und Knorpel werden entfernt. Man schneidet Scheiben in Schnitzel- oder Medaillongröße, die mit Butterschmalz oder Öl bepinselt oder in eine Ölmarinade gelegt werden.

Der Grill wird 5-6 Minuten vorgeheizt und die Kalbsmilch-schnitten 3-4 Minuten auf jeder Seite gegrillt. Nach dem Herausnehmen werden sie mit Salz bestreut und mit Butterflöckchen pikanter Art belegt und reichlich mit Zitronensaft beträufelt. Sie können auch auf Röstbrot-schnitten mit Tomaten und Salat angerichtet oder zu Gemüse gereicht werden.

Hirn

Das Hirn muß etwa 1 Stunde wässern. Danach wird es gehäutet, nochmals in Wasser gelegt, die Blutäderchen entfernt und mit Essigwasser überbrüht. Nach dem Abtrocknen wird es gut mit Öl bepinselt. Man setzt das Hirn im ganzen oder in Scheiben in den 6 Minuten vorgeheizten Grill und läßt es 4-5 Minuten auf jeder Seite grillen. Es ist günstig, es zweimal zu wenden. Nach dem Herausnehmen wird das Hirn gesalzen, mit Zitronensaft beträufelt, Butterflöckchen pikanter Art daraufgelegt oder mit gegrillten Zwiebelscheiben garniert.

Gegrillte Würstchen verschiedener Art

Schweinsbratwürste

Die Bratwurst darf nicht zu fest gestopft sein. Die Enden werden mehrmals umgedreht, damit kein Fleisch heraustritt. Dann überbrüht man sie mit kochendem Wasser, nimmt sie nach 3 Minuten heraus und trocknet sie ab. Der Grill wird nicht zu stark vorgeheizt, etwa 4 Minuten, und die mit Fett bestrichenen Würste nicht zu hoch auf den Grill gelegt. Sie werden 4-5 Minuten von jeder Seite gegrillt.

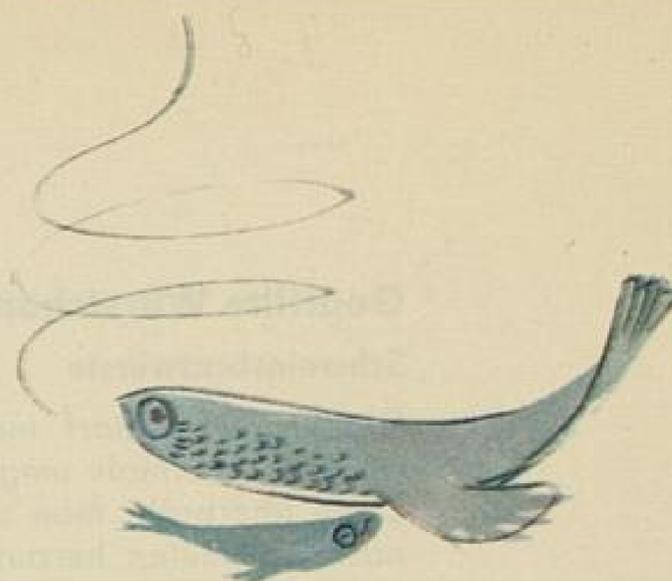
Kalbsbratwürste

Kalbs- oder Weißbratwürste sind zum Grillen sehr geeignet. Da sie bereits vorgekocht sind, brauchen sie nicht überbrüht zu werden. Nachdem sie gleichmäßig mit Öl bestrichen wurden, setzt man sie nicht zu hoch ein und grillt sie etwa fünf Minuten von jeder Seite, da sie meist dicker als andere Würstchen sind.

Schinkenwürstchen, Rauchenden

Die Schinkenwürstchen werden in heißem Wasser gewaschen, abgetrocknet und dünn mit Öl bestrichen. Der Grill wird nur 4 Minuten vorgeheizt und die Würstchen nicht zu hoch eingeschoben, denn sie sollen langsam gegrillt werden, etwa 5 bis 6 Minuten auf jeder Seite.

Da sich bei diesen gröberen Würstchen das Fett leicht an einigen Stellen staut, ist es günstiger, sie vor dem Einsetzen vier- bis fünfmal zu durchstechen.



Fische

Kleine Fische wie Heringe, Makrelen, Blaufelchen, Scholle können im ganzen gegrillt werden, während man größere filetiert oder in dicke glatte Scheiben von 2 cm schneidet. Süßwasserfische werden nur mit Butterschmalz oder Öl bepinselt, Meeresfische dagegen vorher wie üblich gesalzen und gesäuert, dann trockengetupft.

Sehr gut schmeckt der gegrillte Fisch, wenn er etwa $\frac{1}{2}$ Stunde in eine Öl-Kräuter marinade gelegt wird, siehe Seite 46. Vor dem Grillen muß er etwas abtropfen.

Gegrillte Fische werden gern mit frischen Butterflöckchen belegt und mit Zitronensaft beträufelt. Noch pikanter schmeckt eine Kräuter-, Meerrettich-, Senf- oder Paprikabutter, siehe Seite 44. Als Garnierung dienen Petersilie, Kresse, Salat, Tomaten.

Als Beilage eignet sich eine der angegebenen Saucen, gekochte Kartoffeln, Kartoffelsalat oder Mischsalat. Außerdem kann Gemüse aller Art dazu gereicht werden sowie gegrillte Tomatenscheiben, gefüllte Tomatenhälften, gegrillte Zwiebel- oder Apfelsinenscheiben.

Stein- oder Heilbuttschnitte

Diese Fische sind zum Grillen sehr geeignet, da sie festes Fleisch besitzen. Die vorbereiteten Fischstücke von 2 cm Stärke werden in einem Tuch abgetupft, innen mit Butter be-

strichen, außen mit Öl und auf den 5–6 Minuten vorgeheizten und gut mit Öl bestrichenen Rost gelegt, damit sie nicht anhängen. Je nach Stärke der Schnitten werden sie 4–5 Minuten auf jeder Seite gegrillt und 2 Minuten ohne Stromzufuhr.

Fischkotelett

Dafür eignen sich 2 cm starke Scheiben vom Seehecht, Kabeljau, Zander, Schellfisch. Nach dem Marinieren mit Salz und Säure oder einer Öl-Kräutersauce legt man sie auf den fünf Minuten vorgeheizten Grillrost und grillt sie 4–5 Minuten auf jeder Seite und 2 Minuten ohne Stromzufuhr.

Sehr gut schmeckt es auch, wenn der Fisch nach dem Wenden und kurzem Grillen von 2 Minuten mit Butter bepinselt und mit geriebenem Käse bestreut wird. Er bleibt so lange im Grillraum, bis sich eine goldgelbe Kruste gebildet hat.

Fischfilet

Fischfilet aller Art wird in passende Stücke geschnitten und wie das Fischkotelett zubereitet, nach Belieben auch mit Käse bestreut.

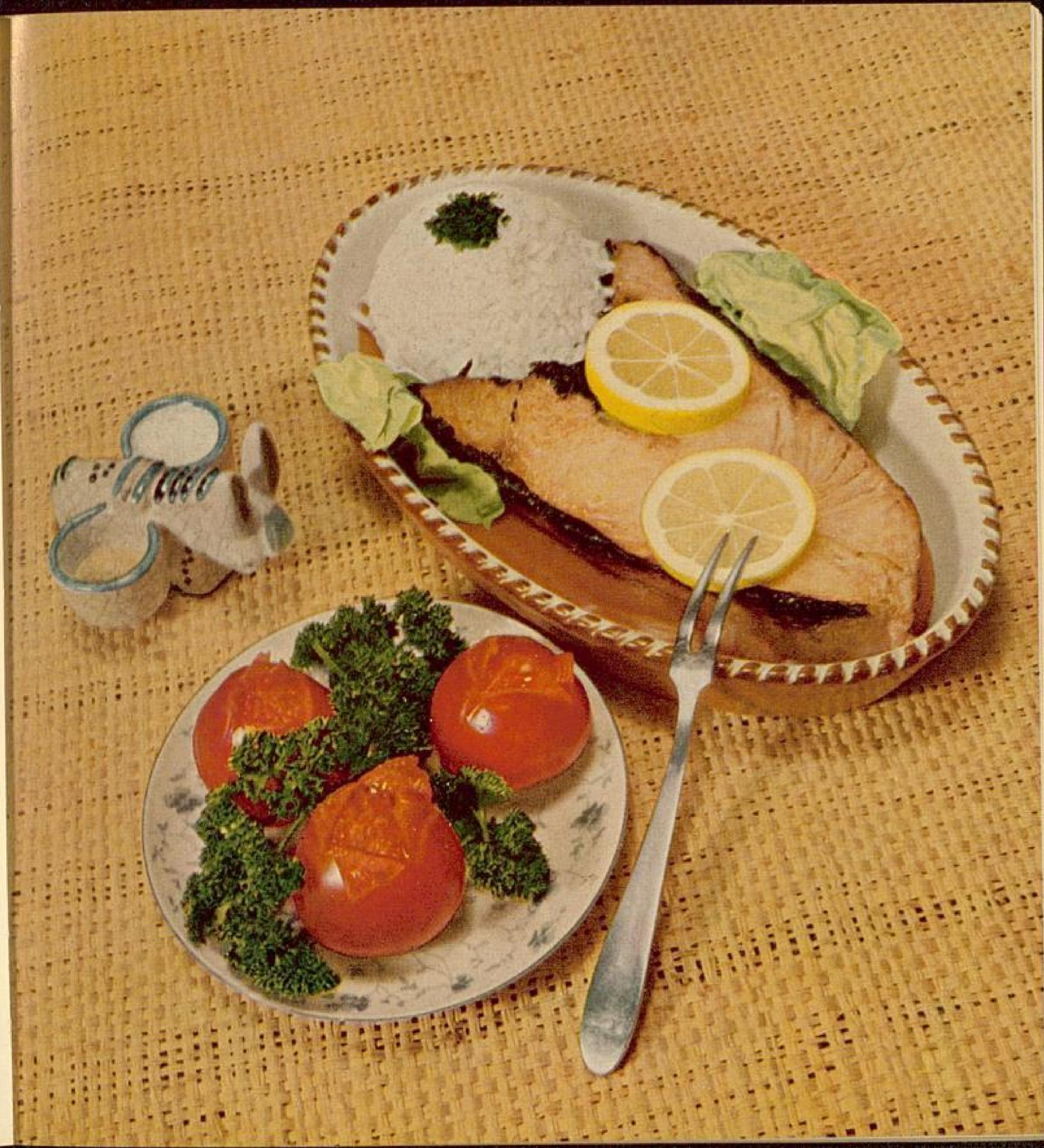
Grüne Heringe und Makrelen

Grüne Heringe und Makrelen sind gegrillt eine Delikatesse. Sie werden wie üblich vorbereitet und mariniert, dann trockengetupft und mit Öl bepinselt, falls man sie nicht in eine Ölmarinade legen will. Der Grill wird 5 Minuten vorgeheizt und die Fische 4–5 Minuten auf der ersten und 3–4 Minuten auf der zweiten Seite gegrillt, 2 Minuten ohne Stromzufuhr.

Die Heringe und Makrelen schmecken besonders gut mit Meerrettichbutter und jungen Kartoffeln, aber auch zu grünen Bohnen.

Blaufelchen

Blaufelchen wählt man in der Größe von Heringen. Nach dem Säubern werden sie innen mit Salz bestreut, außen mit Butter bestrichen und auf den 5 Minuten vorgeheizten Grillrost gelegt. Sie benötigen 4–5 Minuten auf der ersten und 3–4 Minuten auf der zweiten Seite und 2 Minuten ohne Stromzufuhr. Sie schmecken am feinsten mit einer Schaumbutter oder Béarnaisesauce und Salat.





Gemüse und Obst

Gegrilltes Gemüse und Obst bieten einen Genuß reizvoller Art, da das Aroma ziemlich unverändert erhalten bleibt. Sie sind eine willkommene Bereicherung und erfreuen als Garnierung von Fleisch- und Fischgerichten das Auge und regen den Appetit an. Sie können aber auch als selbständiges Gericht bereitet werden.

Zwiebelscheiben

Geschälte Zwiebeln werden in knapp $\frac{1}{2}$ cm starke Scheiben geschnitten, mit kochendem Wasser überbrüht, in dem man sie 2-3 Minuten ziehen läßt. Danach müssen sie abtropfen, werden dann in Öl getaucht und auf den 5-6 Minuten vorgeheizten Rost gelegt. Die Zwiebelscheiben werden nicht gewendet. Sie brauchen etwa 6-8 Minuten bis sie gar und goldgelb sind. Als Beilage zu Leber, Nieren, Hammelfleisch, Rumpsteak und Fisch sind sie sehr willkommen.

Kleine Tomaten vom Grill

Kleine gleichmäßige und feste Tomaten eignen sich am besten zum Grillen. Die Haut wird oben über Kreuz mit dem Messer eingeritzt und etwa 1 cm zurückgezogen, so daß das Tomatenfleisch freigelegt wird. Man streut etwas Paprika und Salz

über und setzt ein Stückchen Butter obenauf. Der Grill wird 4-5 Minuten vorgeheizt und die Tomaten entweder direkt auf den Grillrost gelegt oder auf einer feuerfesten Platte eingesetzt. Sie dürfen nicht zu hoch eingeschoben werden, da sie je nach Größe 6-8 Minuten zum Garwerden benötigen und nicht scharf bräunen sollen. 2-4 Tomaten, die als Garnierung dienen sollen, können mit Fleisch oder Fisch zusammen gegrillt werden, wenn Platz vorhanden ist.

Falls die Tomaten reichlich groß sind, ist es günstiger, sie zuerst mit der Oberseite nach unten einzusetzen. Nach drei Minuten werden sie umgedreht, nun mit Butter bestrichen und gewürzt und gar gegrillt.

Tomatenhälften oder -scheiben

Größere Tomaten werden waagrecht geteilt oder in dicke Scheiben geschnitten und mit Öl bepinselt. Man grillt sie allein oder mit Fisch oder Fleisch zusammen nur einige Minuten. Danach werden sie mit Salz und Paprika bestreut und nach Belieben mit gehacktem Schnittlauch belegt.

Tomatenhälften können auch ausgehöhlt und gefüllt werden. Hierzu eignet sich eine Fleischfarce, Butterreis, gedünstete Pilze und anderes.

Apfelscheiben

Es werden Äpfel gewählt, die nicht zu Mus kochen. Man schält sie, sticht sie aus und schneidet Ringe von $\frac{1}{2}$ bis $\frac{3}{4}$ cm Höhe. Der Grillrost wird 4-5 Minuten vorgeheizt, die Apfelscheiben aufgelegt und schnell geölt. Sie werden 2-3 Minuten auf jeder Seite gegrillt, eventuell läßt man sie noch ohne Strom garziehen. Sie dienen als Garnierung für Steaks, Leber, Nieren, Wildfleisch.



Apfelsinenscheiben

Die Apfelsinen werden geschält, das Weiße entfernt, in $\frac{3}{4}$ cm starke Scheiben geschnitten, aus denen man die Kerne nimmt. Dann legt man sie auf den 4–5 Minuten vorgeheizten Grill und grillt sie 2–3 Minuten auf jeder Seite, 1–2 Minuten ohne Strom. Sie sind beliebt für Wildfleisch, schmecken aber auch zu Kalb- und Schweinefleisch.

Ananasscheiben

Von einer frischen geschälten Ananas werden Scheiben von $\frac{1}{2}$ cm Stärke geschnitten, mit Butter bestrichen und wie Apfelsinenscheiben kurz gegrillt. Man reicht sie gern zu Schweinefilet, gekochtem Schinken, Kalbssteaks und Wildfleisch.

Bananen

Die Bananen werden mit der Schale gereinigt und abgetrocknet. Nun schneidet man an beiden Enden ein Stückchen ab und entfernt die Schale vorsichtig. Die abgezogene Banane wird auf eine Schalenhälfte gelegt, mit Butter bestrichen und auf den 4–5 Minuten vorgeheizten Rost gelegt. Nach fünf Minuten werden die Bananen gewendet, wieder mit Butter bestrichen und etwas Zucker aufgestreut. Man grillt bis zur leichten Bräunung des Zuckers, was etwa 4–5 Minuten dauert. Die Bananen werden als Garnierung zu Fleisch und Fisch verwendet. Es genügen dann 2 Stück, die man teilt. Als Nachtisch rechnet man für die Person 1 Banane.

Flammierte Bananen

Die Bananen werden wie im vorigen Rezept vorbereitet und gegrillt, aber ohne Zucker. Man gibt sie nach dem Grillen auf eine vorgewärmte Platte, bestreut jede Banane mit 1 Teelöffel

Zucker und träufelt 2 Teelöffel Kognak darüber, den man sofort mit einem brennenden Streichholz anzündet. Nach dem Flambieren werden die Bananen warm genossen.

Toast

Von nicht zu frischem Weiß- oder Kapselbrot schneidet man 1 cm dicke Scheiben, die man mit einmaligem Wenden 1 bis 2 Minuten grillt. Zum Vorheizen genügen 2 Minuten. Die Toastscheiben sollen außen knusprig sein, aber innen weich bleiben. Zum Warmhalten serviert man sie in einer Serviette. Mit Toastscheiben lassen sich sehr appetitliche Leckerbissen bereiten, indem man sie mit allen möglichen guten Sachen belegt und eventuell nochmals im Grill überbräunt. Vielfach dient die Toastscheibe auch als Unterlage für gegrillte Fleischstücke. Nachfolgend werden einige Anregungen gegeben.

Welsh rarebits

125 g Butter, 250 g geriebener Schweizerkäse, 1–2 Eier oder Eigelb, Paprika, Salz, 8–10 Scheiben Kastenbrot. Die Butter wird sahnig gerührt, der geriebene Käse und die anderen Zutaten untergearbeitet. Die Masse wird auf die Weißbrotschnitten gestrichen, diese auf den Rost gelegt und in den 4 Minuten vorgeheizten Grillraum geschoben. Sie sind in etwa 2–3 Minuten goldgelb. Werden sie zu dunkel, schmecken sie leicht bitter.

Toast mit Schinkencreme

40 g Butter, 1 Scheibe Zwiebel, 40 g Mehl, $\frac{1}{4}$ Liter Brühe oder Milch, 1 Eigelb, Salz, Paprika, 150 g roher oder gekochter Schinken, geriebener Käse zum Bestreuen, etwa 8 Scheiben geröstetes Brot.

Von Fett, Zwiebel und Mehl wird eine Schwitze hergestellt, mit Flüssigkeit gelöscht und mit Eigelb abgezogen. Dann wird die Sauce gewürzt, mit den Schinkenwürfeln vermengt und gut abgeschmeckt. Diese Masse streicht man auf die gerösteten Weißbrotschnitten, bestreut sie mit geriebenem Käse und überbräunt sie im 3-4 Minuten vorgeheizten Grill. Sie werden warm aufgetragen und nach Belieben Salat dazu gereicht. An Stelle von Schinken können Bratenreste oder geräucherter Fisch untergemengt werden.

Toast mit Gemüsecreme

Das vorstehende Rezept läßt sich nach Belieben verändern. In die dicke Sauce wird statt des Schinkens gedünstetes zerkleinertes Gemüse gegeben wie Pilze, Spargel, Chicoree, Paprikaschoten, Sellerie, Lauch, eventuell einige Schinkenwürfel. Dann verfährt man weiter wie oben beschrieben.

Speck auf Toast mit Spiegelei

Pro Person 1 Scheibe magerer geräucherter Speck oder Schinken, 1 Scheibe Toast, 1 Spiegelei.
Der Grill wird 2 Minuten vorgeheizt und die Weißbrotscheiben geröstet. Danach grillt man die Speckscheiben auf dem Grillrost, sie brauchen nur 2 Minuten von jeder Seite. Der Speck wird auf die Toastschnitte gelegt und darauf ein in der Stielpfanne bereitetes Spiegelei gesetzt, das am Rand beschnitten wurde. Dazu reicht man Salat.

Leber- oder Fleischkäse auf Toast

1 cm starke Scheiben von Leber- oder Fleischkäse werden auf den 5 Minuten vorgeheizten Grillrost gelegt und etwa zwei Minuten auf jeder Seite gegrillt. Diese Schnitte wird auf ge-

röstete Weißbrotscheiben gegeben, die während des Aufheizens bereiteten wurden.

Überkrustete Gerichte

Überkrustete Gerichte haben einen besonderen Reiz, da sie recht appetitlich aussehen und gut duften durch die gebräunte Kruste. Sie können frisch oder aus Resten bereitet werden. Als feine Vorspeise genügt der Inhalt eines kleinen Ragoutschälchens oder einer Muschel. Als Abendgericht für die Familie ist eine größere Menge in einer Auflaufform angebracht. Alle Zutaten müssen beim Einfüllen heiß sein, da das Gericht nur eine leichte braune Kruste erhalten soll und sonst nicht warm genug werden würde. Der Grill wird 6 Minuten vorgeheizt.

Ragoût fin

Das fertige Fleisch- oder Zungenragout wird in die Förmchen gefüllt, mit geriebenem Käse bestreut und einige Butterflöckchen aufgesetzt. Dann setzt man die Schälchen auf dem Grillrost oder dem Kuchenblech ein, je nach der Anzahl, und überkrustet sie in 3–4 Minuten.

Pikante Butter und Saucen zu gegrilltem Fleisch und Fisch

Kräuterbutter

125 g Butter wird etwas erweicht, mit gehackter Petersilie, Paprika, etwas Zitronensaft und Worcestersauce verarbeitet.

Sie wird dann zu einer Rolle von 2-2½ cm Durchmesser geformt, in feuchtes Butterbrotpapier gewickelt und im Kühlschrank aufbewahrt. Bei Bedarf schneidet man sie in feine Scheiben. Ob die Kräuterbutter eisgekühlt oder bereits etwas erweicht serviert wird, ist Geschmackssache. In weicherem Zustand löst sie sich schneller auf dem Gegrillten auf und verteilt sich besser.

Meerrettichbutter

125 g Butter, 25 g geriebener Meerrettich, einige Tropfen Zitronensaft. Der geriebene Meerrettich muß in einem engen Näpfchen zerstoßen werden, ehe man ihn der erweichten Butter zusetzt. Weitere Verarbeitung wie bei Kräuterbutter.

Senfbutter

125 g Butter, etwa 1 gestrichener Eßlöffel Senf. Verarbeitung wie bei Kräuterbutter.

Paprikabutter

125 g Butter, Paprika nach Geschmack. Verarbeitung wie bei Kräuterbutter.

Schaumbutter zu Fisch

125 g Butter, 6 Eßlöffel kaltes Wasser, einige Tropfen Zitronensaft, 2 g Salz, 2 Eßlöffel dicker Schlagrahm.

Ein irdenes oder Porzellan-Näpfchen wird in heißes Wasser getaucht und abgetrocknet. Darin knetet man die Butter, bis sie weich und glatt ist. Dann hüllt man das Gefäß in ein durch heißes Wasser gezogenes Tuch und gibt unter Rühren mit einem kleinen Schneebesen das kalte Wasser, die Gewürze

und den geschlagenen Rahm hinzu. Die Butter wird in eine kleine Glasschüssel gegeben, verziert und kühl gestellt. Man reicht sie zu Fisch.

Sauce Béarnaise

6 Eßlöffel leichter Weißwein, 3 Eßlöffel Weinessig, 2 feingewiegte Schalotten oder entsprechend Zwiebeln, Kerbelkraut oder Kerbelpulver, 2 Eigelb, 100 g frische Butter.

Wein, Essig, Schalotten und Kerbelkraut werden zugedeckt so lange gekocht, bis die Flüssigkeit auf ein Drittel eingekocht ist. Dann gießt man sie durch ein Haarsieb. Die Eier werden mit 12 Eßlöffel Wasser verschlagen, zu der Brühe gegeben und alles so lange auf milder Hitze mit dem Schneebesen geschlagen, bis die Sauce dick zu werden beginnt. Nun wird die vorher weich, aber nicht heißgemachte Butter tropfenweise unter Schlagen zugesetzt. Die Sauce darf nicht gerinnen und wird sofort serviert.

Öl-Kräutermarinaden

für gegrillte Fleisch- und Fischstücke

Ölmarinaden dienen dazu, das zu grillierende Fleisch- oder Fischstück besonders saftig und schmackhaft zu machen. Man wendet sie für alles Fleisch an, das mager und leicht trocken ist wie Hirsch- und Rehfleisch, einige Teile vom Rind. Auch für Fische sind sie sehr zu empfehlen. Man läßt die Stücke $\frac{1}{2}$ bis 1 Stunde darin liegen. Reste der Marinade können in ein kleines Fläschchen gefüllt und später wieder verwendet werden.

Ölmarinade mit Wein

1 Teelöffel Tomatenpüree, 2 Eßlöffel Olivenöl, 2-3 Eßlöffel Weißwein.

Das Tomatenpüree wird mit dem Öl und Wein verrührt.

Öl-Kräutermarinade

Gehackte Kräuter wie Estragon, Dill, Zitronenmelisse, gehackte Zwiebel, 3-4 Eßlöffel Öl.

Die gehackten Kräuter werden mit dem Öl vermischt.

Öl-Kräutermarinade für Fisch

3-4 Eßlöffel Öl, Salz, Pfeffer, $\frac{1}{2}$ gehackte Zwiebel, 1 Stück Lorbeerblatt, 1 Teelöffel gehackte Petersilie, nach Belieben ein wenig gehackter Thymian.

Alle Zutaten mit dem Öl vermischen.

Weißer Grundsauce für Schonkost

Einige Petersilienstengel, 1 kleine Zwiebel, falls erlaubt, $\frac{1}{8}$ Liter entfettete Kalbfleischbrühe oder Wasser, 2 Scheiben Zitrone.
- $\frac{1}{4}$ Liter Gemüsebrühe, 25-30 g Stärkemehl, $\frac{1}{4}$ Liter Wasser oder Butter - oder saure Milch, Salz, Kräuter, 50 g Butter oder weniger.

Petersilienstengel, gehackte Zwiebel, Flüssigkeit und Zitronenscheiben werden 5 Minuten gekocht, dann durch ein Sieb gegossen. Diese Brühe füllt man bis zu $\frac{1}{4}$ Liter auf, läßt sie zum Kochen kommen und dickt sie mit dem in der Milch oder dem Wasser verquirlten Mehl an. Sie muß aufkochen und kann dann ohne Strom ausquellen. Man schmeckt sie mit Salz und Kräutern ab und rührt zuletzt die Butter unter.

Überbräunen von Gebäck mit Baiserdecke

Der Glühgrill kann auch zum Überbräunen von Gebäck mit Baiserdecke angewandt werden. In kurzer Zeit erhält die Baisermasse eine schöne goldgelbe Farbe.

Reisspeise mit Baiserdecke

Heißer Milchreis wird in eine gefettete Auflaufform gefüllt. Als Zwischenlage gibt man abgetropftes, gedünstetes Obst wie Sauerkirschen oder Aprikosen hinein. Auf die obere Schicht Reis spritzt man den mit 100 g Zucker geschlagenen steifen Schnee von 2 Eiweiß. Das Überbräunen muß überwacht werden, denn es dauert nur kurze Zeit.

Obsttorte mit Baiserdecke

250 g Mehl, 1 kleiner gestrichener Teelöffel Backpulver, 100 g Zucker, 1 Prise Salz, 2 Eigelb, 125 g Butter.

$\frac{3}{4}$ kg gedünstetes Obst, 2 Eiweiß, 100 g Zucker, 1 Vanillezucker.

Zuerst wird ein Mürbeteig hergestellt und damit der Boden und Rand einer Tortenform ausgelegt. Man sticht einige Male mit der Gabel ein, damit sich keine Blasen bilden. Der Boden wird vorgebacken. Dann füllt man das abgetropfte Obst wie Kirschen, Stachelbeeren, Aprikosen oder Pfirsiche darüber und spritzt den steifen Eisschnee als Muster darüber. Das Eiweiß wird dazu mit dem feinen Zucker und Vanille ganz steif geschlagen.

Die Torte wird auf die Mittelschiene auf den großen Rost gesetzt und kurz gebräunt.

Baumkuchentorte

250 g Butter, 250 g Zucker, 5 Eier, Saft einer halben Zitrone, 1 Eßlöffel Rum, 50 g gehackte Mandeln, 125 g Weizen- und 125 g Stärkemehl, 200 g Staubzucker und 3 Eßlöffel Rum für den Zuckerguß.

Es wird ein sahnig geriebener Sandtortenteig bereitet. In eine Tortenform füllt man etwa 2 Eßlöffel Teig auf den Boden, streicht ihn glatt und setzt ihn auf den Rost auf die Mittelschiene in den 4 Minuten vorgeheizten Grillraum. Die Teigschicht muß eine hellbraune Farbe annehmen (dies ist nach 1-1½ Minuten der Fall). Die Form wird dann sofort herausgenommen, wieder eine Teigschicht übergefüllt und ebenso gebacken. Dies wiederholt man, bis aller Teig verbraucht ist. Die ausgekühlte Torte wird mit einem Zuckerguß versehen. Günstig ist die Zubereitung von 2 Torten, da, während die eine im Ofen ist, die zweite mit Teig bestrichen werden kann.



Rezeptverzeichnis

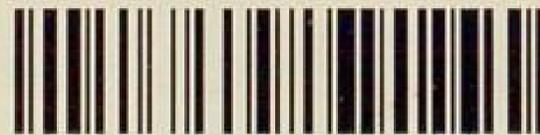
Seite	
19	Grillrezepte
19	Gegrilltes Rindfleisch
19	Rindslende, Filet
20	Filetbeefsteak oder Lendenschnitte
21	Châteaubriand
21	Tournedos
22	Filets mignons
22	Rindshacksteak mit Zwiebeln
23	Gegrilltes Kalbfleisch
23	Kalbsfilet
23	Kalbsmedaillons
23	Kalbsschnitzel
24	Kalbskotelett
24	Kalbshacksteak
24	Gegrilltes Schweinefleisch
25	Schweinefilet
25	Schweinefiletsteaks oder Medaillons
26	Schweineschnitzel
26	Schweinskotelett
26	Kasseler Rippchen
26	Schweinshacksteak
26	Gegrilltes Hammelfleisch
28	Hammelsteaks
28	Mutton chops
29	Hammelkoteletts
30	Gegrilltes Geflügel und Wildfleisch

Seite	
30	Hähnchen und Hühnchen
31	Täubchen
31	Rehnüßchen, Rehmedaillons
31	Rehsteaks
31	Hirschsteaks
31	Innereien
31	Leber
32	Leberscheiben
32	Leber am Spieß
33	Nierenscheiben
33	Nieren am Spieß
34	Bunter Grillspieß
34	Kalbsmilch
34	Hirn
35	Gegrillte Würstchen verschiedener Art
35	Schweinsbratwürste
35	Kalbsbratwürste
35	Schinkenwürstchen, Rauchenden
36	Fische
36	Stein- oder Heilbuttschnitte
37	Fischkotelett
37	Fischfilet
37	Grüne Heringe und Makrelen
38	Blaufelchen
39	Gemüse und Obst
39	Zwiebelscheiben
39	Kleine Tomaten vom Grill
40	Tomatenhälften oder -scheiben
40	Apfelscheiben
41	Apfelsinenscheiben

Seite	
41	Ananasscheiben
41	Bananen
41	Flambierte Bananen
42	Toast
42	Welsh rarebits
42	Toast mit Schinkencreme
43	Toast mit Gemüsecreme
43	Speck auf Toast mit Spiegelei
43	Leber- oder Fleischkäse auf Toast
44	Überkrustete Gerichte
44	Ragoût fin
	Pikante Butter und Saucen zu gegrilltem Fleisch und Fisch
44	Kräuterbutter
44	Kräuterbutter
45	Meerrettichbutter
45	Senfbutter
45	Paprikabutter
45	Schaumbutter zu Fisch
46	Sauce Béarnaise
	Öl-Kräutermarinaden für gegrillte Fleisch- und Fischstücke
46	Ölmarinade mit Wein
47	Öl-Kräutermarinade
47	Öl-Kräutermarinade für Fisch
47	Weißer Grundsauce für Schonkost
48	Überbräunen von Gebäck mit Baiserdecke
48	Reisspeise mit Baiserdecke
48	Obsttorte mit Baiserdecke
49	Baumkuchentorte

52

BLB Karlsruhe



54 76655 0 031



SEIT 1877

NEFF-WERKE CARL NEFF GMBH. BRETTEN