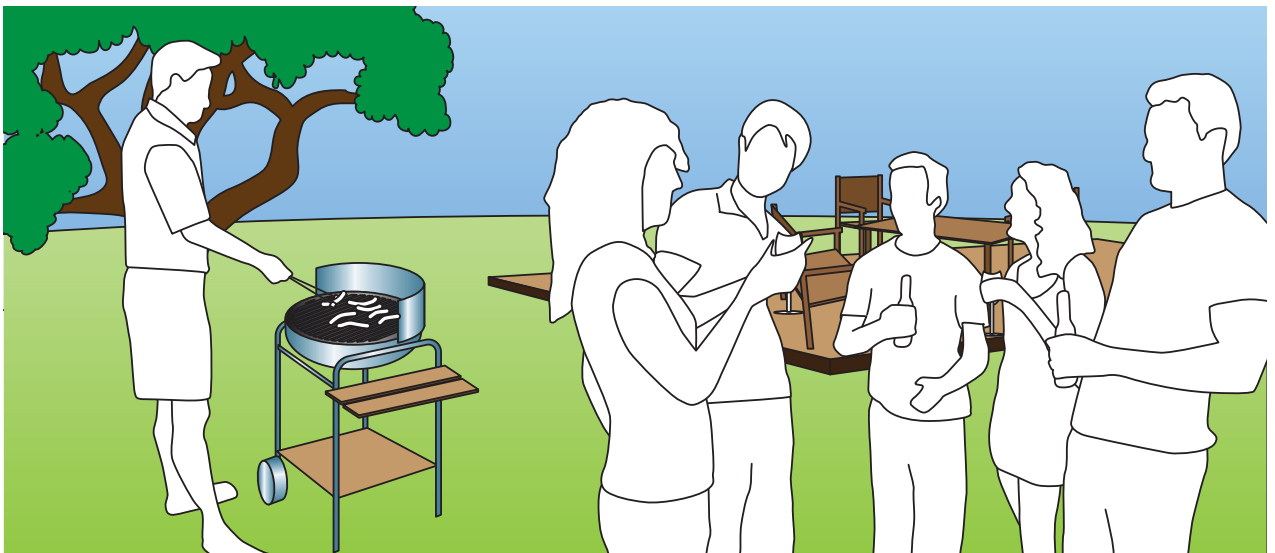


GRILLEN: ROMANTISCHES SOMMERVERGNÜGEN MIT GESCHMACK

Richtiges Grillen ist (k)eine Kunst

**MIT PRAKTISCHEN
EXTRA-TIPPS**



GRILLSYSTEME

Holzkohlegrill S. 2

Gasgrill, Lavastein-Grill, Elektrogrill S. 3

GRUNDLAGEN

Holzkohlegrill anzünden S. 3

Grillausstattung S. 4

DAS PERFEKTE GRILLVERGNÜGEN

Grillen und Gesundheit S. 4

Grillen mit Fantasie S. 5

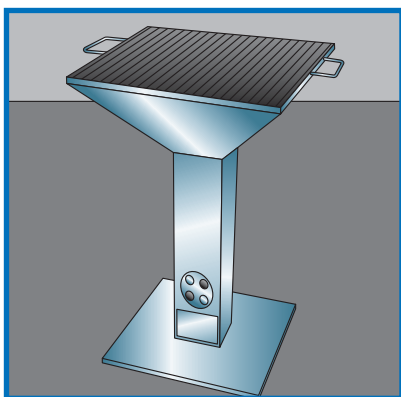
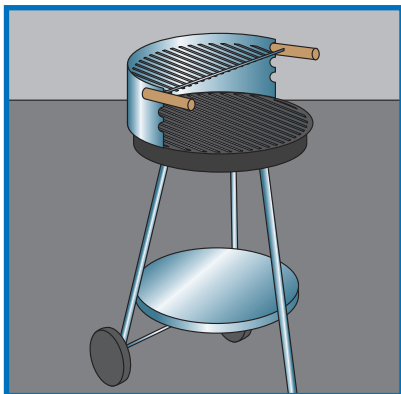
1. Grillsysteme

Knisternde Holzkohle, herzhaftes Grillgut, frische Salate und dazu ein kühles Bier – Grillen an einem strahlenden Sommertag oder einem lauen Sommerabend ist wie ein kleiner Urlaub im eigenen Garten.

Holzkohlegrill

80% aller Grills sind klassische Holzkohlegrills. Die aromatische Glut verleiht Ihrem Grillgut einen unverwechselbaren Geschmack.

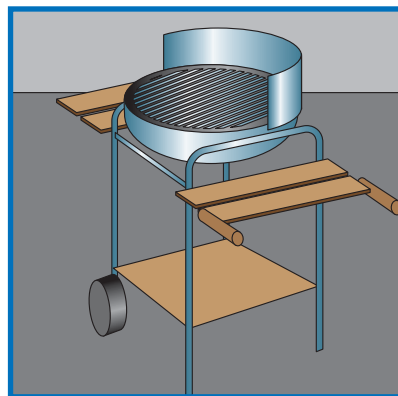
Die meisten Holzkohlegrills sind **Rund- oder Trichtergrills**.



Entscheiden Sie sich für einen solchen Grilltyp, sollten Sie folgende Dinge beachten:

- **Rostfreier Edelstahl:** Ihr Grill ist witterungsbeständig und kann den Sommer über draußen stehen bleiben.

- **Windschutz:** Grillgut und Grillmeister sind vor auffliegender Asche geschützt.
- **Höhenverstellbarer Grillrost:** Sie können Grillgut und Hitze besser aufeinander abstimmen.
- **Räder:** Ihr Grill lässt sich leichter verschieben (Standortwahl, Sonne/Schatten, Windrichtung).
- **Luftöffnungen im Standfuß:** Der Kamineffekt bringt die Holzkohle so richtig auf Temperatur.
- **TÜV/GS-Zeichen:** Geprüfte Qualität sollte immer ein Kaufkriterium sein.



Viel Komfort bieten zudem komplette **Holzkohle-Grillwagen** mit praktischen Ablageflächen.



Bei einem **Kugelgrill** wird die Holzkohle seitlich eingebracht und durch den verschließbaren Deckel das Grillgut durch die Luftzirkulation wie in einem Heißluftbackofen gegart. Ideal für größeres Grillgut wie Hähnchen, Haxen etc.

TIPP 1 Fertigbau- Grillkamine

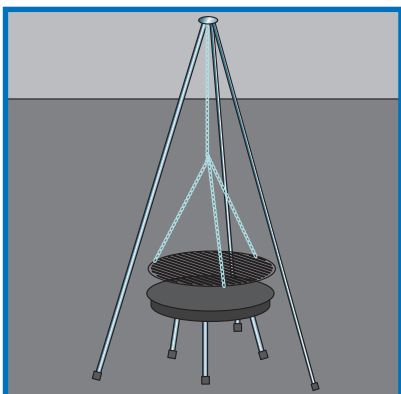
Je nach Preislage bestehen Fertigbausätze aus poliertem Granit, Schamottstein oder Beton.

Sie bieten ein großzügiges Platzangebot für den Grillmeister. Vor allem aber lassen sie sich nach dem Grillen auch mit Kaminholz befeuern. Somit werden sie im Laufe des Abends garantiert zum gemütlich-warmen Sammelplatz Ihrer Gäste.

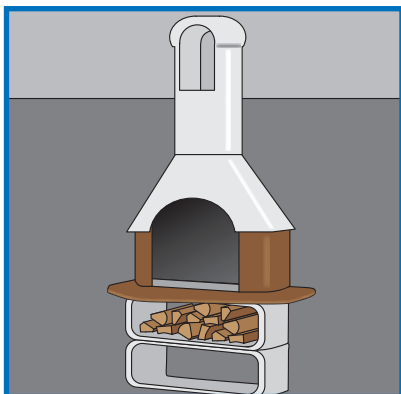
Luxuriös ausgestattete Fertigbau-Grillkamine können zusätzlich mit Edelstahl-Einsätzen zum Pizzabacken verwendet werden. Auch Gaseinsätze sind verfügbar.

Beachten Sie bei Ihrem Grillkamin:

- Ein stabiles (Beton-) Fundament als Unterbau ist empfehlenswert.
- Passen Sie den Standort der überwiegenden Windrichtung an.
- Stellen Sie genügend Luftzufuhr sicher.
- Unbedingtes Zubehör sind höhenverstellbarer Grillrost, Aschenwanne und Ablageflächen.
- Planen Sie inkl. Sitzgelegenheiten einen Platzbedarf von ca. 10 m² ein.



Ein **Schwenkgrill**, aufgehängt an einem stabilen, dreibeinigen Gestell, lässt das Grillgut nicht so schnell anbrennen, weil es durch die Schwenkbewegung nicht ständig der Glut und Hitze ausgesetzt ist. Er benötigt jedoch mehr Platz als ein Rund- oder Trichtergrill.



Nicht nur luxuriös, sondern auch überaus praktisch sind selbst gemauerte **Grillkamine** aus Klinker, Ziegel oder Schamottsteinen im Läuferverband (1/2 versetzte Steinreihen). Einfacher und schneller errichtet sind Grillkamine als **Fertigbausätze**.

Gasgrill

Immer beliebter werden Grills mit Gasbefuerung. Kein Rauch beim Anzünden, keine Asche, kein erzürnter Nachbar.

Gasgrills mit Propangas sind zwar in der Anschaffung etwas teurer, im Verbrauch gegenüber Holzkohle dagegen sehr günstig.

Die Vorteile:

- Auf Knopfdruck sofort einsatzbereit, kein langes Warten auf grillfertige Glut
- Regulierbare Temperatur, Anpassung an das Grillgut
- Kein Nachfüllen von Holzkohle bei einem zweiten und dritten Grillgang
- Keine Aschereste, einfaches Reinigen

Lavastein-Grill

Befeuert ebenfalls mit Propangas, werden unter dem Rost liegende Lavasteine erhitzt. Der Effekt gleicht dem eines Holzkohlegrills, allerdings ohne den typisch aromatischen Holzkohlegesmack. Gegrillt wird hierbei meistens unter einem geschlossenen Deckel.

Elektrogrill

Die flexible Lösung für draußen und drinnen. Ebenso regulierbar und fast so schnell einsatzbereit wie ein Gasgrill. Die Grillwanne muss stets mit Wasser gefüllt sein. Diese Variante ist blitzschnell gereinigt, allerdings bei Ausflügen ungeeignet: Grillen ist zwar auf extra dafür ausgewiesenen Flächen erlaubt, doch Steckdosen finden sich auch dort nicht.

2. Grundlagen

Holzkohlegrill anzünden

Das Anzünden ist sowohl eine kleine Kunst für sich als auch eine besonders verantwortungsvolle Aufgabe. Grillen mit Holzkohle ist notgedrungen immer ein Spiel mit dem Feuer. Die meisten der jährlichen 4.000 (!) Grillunfälle gehen auf falsches Anzünden zurück.

Klassischerweise werden diese Grills mit nahezu überall erhältlicher Holz-

kohle oder Holzkohlebriketts befeuert. Achten Sie beim Kauf auf geprüfte Qualität.

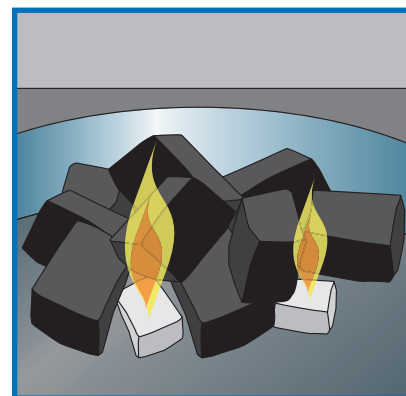
Die Unterschiede:

- Holzkohle lässt sich schneller anzünden und glüht eher, aber dafür nicht so lange.
- Holzkohlebriketts sind kompakter gepresst, benötigen daher mehr Zeit bis zur grillfertigen Glut, halten diese aber länger. Ein zweiter Grillgang ist hier immer möglich.

Kohle aus Kokosnussschalen ist mit 80 % weniger Aschenbildung eine umweltfreundliche Alternative.

Zum Anzünden verwenden Sie **AUS-SCHLIESSLICH** die zugelassenen, speziellen Grillanzünder: Trockenanzünder, Paste oder Elektroanzünder.

NIEMALS Brennsprit, Benzin, Alkohol oder ähnliche Beschleuniger einsetzen! Die dabei entstehende Stichflamme entwickelt sich so schnell und reicht so weit, dass Sie sich und Ihre Gäste gefährden würden.

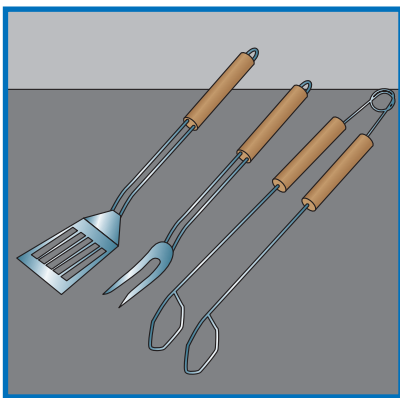


Beim Anzünden wie folgt vorgehen: bei Trockenanzünder 1-2 Stück unter einen kleinen Haufen Holzkohle legen und anzünden. Paste ebenfalls zunächst nur auf eine kleine, aufgehäufte Menge Holzkohle verteilen, 10 Minuten einziehen lassen und anzünden.

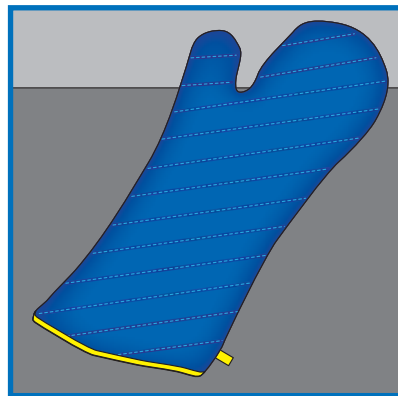
Mit einem Fächer oder einem Blasebalg die erste Glut weiter entfachen und nach und nach Holzkohle oder Holzkohlebriketts nachlegen. Dabei mit der Luftzufuhr fortfahren. Die Glut ist grillfertig, wenn sie vollständig mit einer weißen Ascheschicht bedeckt ist.

Grillausstattung

Zum perfekten Grillen gehört eine sinnvolle Ausstattung.



Dazu zählt in erster Linie das Grillbeleg. Grillzange und Grillwender zum Wenden des Grillguts sowie eine Grillgabel zum Auflegen und Entnehmen müssen lang genug sein, damit Sie beim Arbeiten Ihre Hand nicht über die heiße Glut halten müssen.



Einen Grillhandschuh sollten Sie zudem immer anziehen.

Gelöcherte Aluschalen empfehlen sich generell immer. So tropft kein Fett in die Glut und kann sich ent-

zünden. Bei Gemüse und kleinen Grillsachen wie Garnelen etc. sind sie unabdingbar, damit das Grillgut nicht durch den Rost in die Glut fallen kann.

Grillsößen und -kräuter in vielen unterschiedlichen Geschmacksrichtungen gehören ebenfalls zur Grundausstattung.

3. Das perfekte Grillvergnügen

Grillen und Gesundheit

PAK (Polyzyklische Aromatische Kohlenwasserstoffe) und Nitrosamine sind die gesundheitsgefährdenden und möglicherweise krebserregenden Stoffe, die im Zusammenhang mit Grillen immer wieder genannt werden.

TIPP 2 Grundwissen

Ihr Grill sollte auf einem ebenen, festen Standort stehen. Bei Rasenflächen empfiehlt sich eine ausreichend große Holzplatte als Unterlage.

Die Glut wird extrem heiß. Ein Standort mit etwas Schatten ist für den Grillmeister eine echte Wohltat.

Grillen Sie immer etwas abseits der Gäste und des Esstischs.

Luftzufuhr heizt die Glut schnell und effektiv an. Haben Sie keinen Blasebalg zur Verfügung, können Sie mit einer Luftpumpe eine ähnliche Wirkung erzielen. Notfalls wirkt ein Fächer aus Pappe ebenso gut.

Einen Föhn sollten Sie nicht verwenden: Der starke Luftstrom provoziert gefährlichen Funkenflug, die Hitze lässt den Kunststoff schmelzen, ein Kurzschluss droht.

Wenn Sie einen Grill mit Luftlöchern im Standfuß verwenden, lassen Sie diese vor allem beim Anzünden geöffnet, damit durch den Kamineffekt genügend Luft für die Glut zur Verfügung steht.

Stellen Sie die Grillöffnung in den Wind und nutzen Sie diesen zusätzlich zum Anfachen (Achtung: Rauch möglichst nicht auf Nachbars Terrasse oder ins geöffnete Wohnzimmerfenster wehen lassen).

Halten Sie zur Sicherheit einen Eimer Wasser griffbereit.

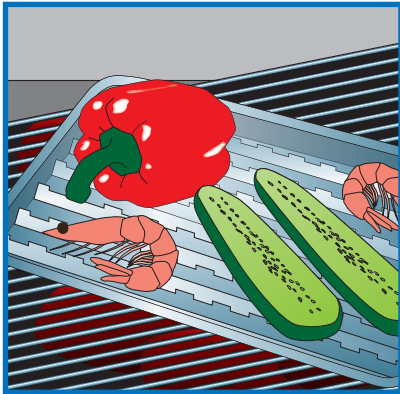
Bis zur grillfertigen Glut rechnen Sie bei Holzkohle mit ca. 20–30 Minuten Vorglutzeit, bei Holzkohlebriketts etwa mit 30–40 Minuten. Die Glut ist perfekt, wenn die Kohlestücke mit einer weißen Ascheschicht bedeckt sind.

Nach dem Grillen muss die Asche vollkommen erkalten (über Nacht), bevor Sie sie entsorgen.

Dabei können schon ein paar Maßnahmen Abhilfe schaffen:

PAK bilden sich, wenn Fett und Fleischsaft in die heiße Holzkohle-Glut tropfen und verdampfen. Eine Aluschale als Unterlage kann dies verhindern.

Nitrosamine entstehen bei hoher Hitze aus Nitrat und Eiweiß. Solange Sie gesalzenes und speziell gepökeltes Fleisch nicht in die Nähe Ihres Grills lassen, schließen Sie dieses Risiko ebenfalls aus.



Darüber hinaus ist das Grillen von Fleisch, Fisch, Meeresfrüchten und Gemüse eine Garmethode mit vielen ernährungsrelevanten Vorteilen:

- Kurze Garzeiten erhalten viele Vitamine und Inhaltsstoffe.
- Das Grillen geschieht ohne zusätzliches Fett oder Öl und ist daher sehr bekömmlich und kalorienarm.
- Die Gluthitze schließt blitzschnell die Fleischporen und hält alle wichtigen Nährstoffe innen.
- Zum Grillen gehören frische, knackige Salate – auch dadurch wird das Grillfest zum gesunden Vergnügen.

Grillen mit Fantasie

Nichts gegen das klassische Kotelett und die Grillwurst, aber Grillen kann viel abwechslungsreicher sein.

- (Marinierte) Steaks sind für den Grill geradezu geschaffen.
- Fisch und Meeresfrüchte (Garnelen, Gambas) erhalten auf dem Grill eine ganz besonders pikante Geschmacksnote.
- Exotisch oder feurig-scharf – Grillfleisch lässt sich extrem vielfältig würzen. Am besten vorher marinieren und die Marinade vor dem Grillen abtropfen lassen.
- Vegetarische Kost und Grillen sind bei weitem keine Widersprüche
- Paprika, Auberginen, Zucchini oder Zuckermais eignen sich hervorragend zum Grillen in einer Aluschale. Kartoffeln in Alufolie legen Sie einfach direkt in die Glut.

Mit Lampions, Windlichtern, einer schönen Tischdeko und der leuchtenden Glut schaffen Sie nach der Dämmerung eine bezaubernd romantische Atmosphäre – schöner kann ein Grillabend nicht ausklingen.

Übrigens: Ein warmer Sommerregen ist kein Grund, auf das Grillen zu verzichten. Stellen Sie Ihren Grill notfalls unter einen großen (hohen) Sonnenschirm und laden Sie Ihre Gäste ein, es sich unter Ihrem Pavillon aus Kunststoff-Folie gemütlich zu machen.

Ganz engagierte Grillfreunde nutzen sogar schöne Wintertage zum Grillen. Nur mit dem „Gemütlich-draußen-Sitzen“ wird es dann schwierig.

TIPP 3 Grillfleisch

Grillfleisch ist aufgrund der starken Hitze immer schneller gar als auf dem Herd.

Deshalb:

- Bleiben Sie am Grill stehen, solange Ihr Grillgut darauf liegt.
- Stellen Sie den Grillrost auf die mittlere Ebene ein.
- Wenden Sie das Grillgut regelmäßig.
- Nehmen Sie Fleisch mit einem geringen Fettanteil; es bleibt saftiger, das Fett schmilzt hingegen weg.
- Ein leichter Druck auf das Fleisch verrät Ihnen den richtigen Garpunkt.
- Nehmen Sie das Grillfleisch lieber zu früh herunter (und grillen Sie notfalls kurz nach), als dass Sie es „trocken“ grillen.