

DIGITALES KOCHBUCH Grillvergnügen



Hinein ins Grillvergnügen!

Es ist wieder soweit: Der Grill kann angefeuert werden. Für den sommerlichen Freiluftspaß haben wir - von herzhaften Klassikern über raffinierte Variationen am Spieß bis zu leckeren Beilagen - die besten Grillrezepte für Sie zusammengestellt.

Bon appetit!



Huhn und Fisch für den Grill

Gegrillte Hummer
Chili-Koriander-Butter
Chicken-Kebabs
Hähnchenspieße mit Salsa
Champignon-Geflügelspieße
Puten-Sate-Spieße
Entenbrüste in Orangen-Marinade
Rotbarsch aus der Folie



Fleisch für den Grill

Spareribs
Herzhafte Baguettes
Marinierte Spareribs
Kartoffelspieße mit Schafskäse und Lamm
Marinierte Lammfilets

DIGITALES KOCHBUCH

Grillvergnügen



Gemüse für den Grill

Gegrillte Kartoffelhälften
Gemüsespieße
Würziger Buttermais
Ziegenfrischkäse im Weinblatt
Bundmöhren in Speck



Salate

Gurken-Avocado-Salat
Kartoffelsalat mit Sesam
Sellerie-Möhrensalat
Paprikasalat mit Ziegenkäse und Kapstachelbeeren
Gemüse-Nudel-Salat



Süß, frisch und fruchtig

Melonensalat mit Sabayone
Erdbeerkuchen mit Zitronencreme
Kirsch-Mascarpone-Creme
Limettenkuchen (Limepie)
Sommerliche Früchteplatte
Kalte Joghurt-Limetten-Suppe mit Himbeeren

Essen & Trinken



DIGITALES KOCHBUCH

Grillvergnügen

Huhn und Fisch für den Grill

Gegrillte Hummer

Chili-Koriander-Butter

Chicken-Kebabs

Hähnchenspieße mit Salsa

Champignon-Geflügelspieße

Puten-Sate-Spieße

Entenbrüste in Orangen-Marinade

Rotbarsch aus der Folie



Rezept

Gegrillte Hummer



Kategorie

Fisch
Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach

Nährwerte

Fett in g: 18
Kohlenhydrate in g: 1
kcal: 220
kJ: 924

Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen
6 lebende Hummer (à 450 g)
Salz
Öl für den Grill
250 g Chili-Koriander-Butter (siehe
Rezept: Chili-Koriander-Butter)
Pfeffer

Zubereitungszeit

40 min

Zubereitung

1. Die Hummer nacheinander in reichlich kochendem Salzwasser 3 Minuten garen, dann abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Die Hummer mit einem großen Messer längs halbieren. Die Scheren abnehmen und mit dem Messer etwas aufbrechen. Das anhaftende Eiweiß mit einem feuchten Pinsel abstreifen.
3. Die Hummerhälften auf dem heißen, leicht geölten Grill mit der Schnittfläche nach unten 1 Minute grillen, dann wenden und weitere 2 Minuten grillen, dabei 2–3 TL Chili-Koriander-Butter auf jeder Hummerhälfte verteilen. Die Hummerhälften leicht salzen und pfeffern. Die Scheren rundherum 5–6 Minuten grillen. Die gegrillten Hummer mit der restlichen Chili-Koriander-Butter auf einer Platte anrichten.

Rezept

Chili-Koriander-Butter



Kategorie

Beilage
Partyrezepte
Würzmittel

Eigenschaften

Ganz einfach
Lässt sich vorbereiten

Nährwerte

Fett in g: 18
Kohlenhydrate in g: 0
kcal: 156
kJ: 653

Zubereitungszeit

15 min

Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen
je 1 rote und grüne Chilischote
1 Tl Koriandersaat
1 Bund Koriandergrün
250 g weiche Butter
1 El Limettensaft
Salz
schwarzer Pfeffer

Zubereitung

1. Die Chilischoten längs halbieren, entkernen und hacken. Die Koriandersaat im Mörser zerdrücken, die Korianderblätter von den Stielen zupfen und hacken.
2. Die Butter mit den vorbereiteten Zutaten mischen und kräftig mit Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Rezept

Chicken-Kebabs



Kategorie

Geflügel
Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach
Raffiniert

Nährwerte

Fett in g: 4
Kohlenhydrate in g: 3
kcal: 130
kJ: 544

Zubereitungszeit

45 min

Zubereitung

1. Den Knoblauch pellen und durchpressen. Den Ingwer schälen und fein hacken oder reiben. Den Joghurt mit Knoblauch, Ingwer, Curry, Zimt, Cayennepfeffer, Öl und Zitronensaft in einer Schüssel glattrühren.
2. Die Hähnchenbrüste abspülen und trockentupfen. Das Fleisch in etwa 2,5 cm große Würfel schneiden, zum Joghurt geben und gut mischen. Mit Folie abdecken und über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.
3. Die Kirschtomaten waschen. Die roten Zwiebeln pellen und vierteln.
4. Das marinierte Fleisch, die Tomaten und Zwiebeln abwechselnd auf die Holzspieße stecken. Die Spieße auf dem mittelheißen Grill rundherum 6–8 Minuten garen, anschließend etwas salzen und pfeffern.

Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen

Für 12 Spieße:

2 Knoblauchzehen

30 g frische Ingwerwurzel

250 g Sahnejoghurt

2 El mildes Currypulver

1 Tl Zimtpulver

Cayennepfeffer

1 El Olivenöl

Saft von 1/2 Zitrone

1 kg Hähnchenbrustfilets

250 g Kirschtomaten

250 g kleine rote Zwiebeln

Salz

schwarzer Pfeffer

Außerdem:

12 Holzspieße (20 cm lang)

Rezept

Hähnchenspieße mit Salsa



Kategorie

Geflügel
Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach
Schnell

Zubereitungszeit

40 min

Zubereitung

1. Hähnchenbrüste in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. Grapefruitsaft, Salz, Pfeffer, Cumin und Paprikapulver vermischen. Geflügelstreifen dazugeben, über Nacht marinieren.

2. Orangen schälen, sodass auch die weiße Haut entfernt wird. Paprika putzen, Schalotten pellen. Alles fein würfeln und vermengen.

3. Geflügelstreifen aus der Marinade nehmen, je 2 auf einen Holzspieß stecken und im heißen Öl ca. 15 Min. braten. Mit der Salsa servieren.

Zutaten

Basis für 6 Personen/Portionen

3 Hähnchenbrüste à 160 g

200 ml Grapefruitsaft

Salz

Pfeffer

2 TL Cumin

2 TL Paprikapulver, edelsüß

4 Orangen

1 rote Paprika

100 g Schalotten

5 EL Olivenöl

Rezept

Champignon-Geflügelspieße



Kategorie

Geflügel
Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach
Lässt sich vorbereiten

Nährwerte

Fett in g: 8
Kohlenhydrate in g: 4
kcal: 171
kJ: 715

Zutaten

Basis für 8 Personen/Portionen
600 g Hähnchenbrustfilet
1 Eigelb, 2 El Öl
2 Tl mildes Currypulver
3 El Semmelbrösel, Salz
3 El Zitronensaft
750 g mittelgroße geputzte weiße
Champignons (32 Stück)
Öl zum Bepinseln

Zubereitungszeit

60 min

Zubereitung

1. Das Hähnchenbrustfilet durch die mittlere Scheibe des Fleischwolfs drehen. Mit Eigelb, Öl, Currypulver und Semmelbröseln gut verkneten, salzen und kalt stellen.
2. Ungefähr 2 l Wasser mit Zitronensaft und Salz zum Kochen bringen. Die Champignons waschen und portionsweise 3–4 Minuten blanchieren, dann in einem Sieb abtropfen lassen. Die Stiele herausdrehen und anderweitig verwenden.
3. Aus der Geflügelhackmasse 24 Bällchen formen. Auf einen Holz- oder einen Metallspieß einen Champignonhut mit der runden Seite zuerst aufspießen. Dann ein Hackbällchen auf den Spieß stecken und in die Wölbung des Pilzhutes schieben. In dieser Reihenfolge noch zwei weitere Hackbällchen und drei Champignons aufspießen, so daß auf dem Spieß 3 Hackbällchen und 4 Champignons stecken; der letzte Champignon soll mit der gewölbten Seite nach außen zeigen. Alle 8 Spieße bis zum Grillen kühl stellen. Vor dem Grillen leicht mit Öl bepinseln und 8–12 Minuten auf den Grillrost legen, zwischendurch einmal wenden.

Rezept

Puten-Sate-Spieße



Kategorie

Geflügel
Partyrezepte

Eigenschaften

Lässt sich vorbereiten
Raffiniert
Schnell

Nährwerte

Fett in g: 2
Kohlenhydrate in g: 4
kcal: 124

Zubereitungszeit

30 min

Zubereitung

1. Die Putenschnitzel längs in dünne Streifen schneiden und wellenförmig auf Spieße stecken.
2. Knoblauch pellen und durchpressen. Tandoori-Paste mit Joghurt, Honig und Knoblauch glattrühren
3. Das Fleisch mit der Joghurtcreme einstreichen. Zugedeckt 2 Std. marinieren.
4. Mit Sesam bestreuen und auf dem Grill von jeder Seite 4-5 Min. grillen, danach salzen. Dazu passen Curry-Joghurt-Sauce und süß-saure Sauce.

Zutaten

Basis für 5 Personen/Portionen
Für 10 Spieße:
900 g Putenschnitzel
1 Knoblauchzehe
100 g Tandoori-Paste (Asialaden)
100 g Vollmilchjoghurt
50 g Honig
10 g Sesamsaat
Salz

Rezept

Entenbrüste in Orangen-Marinade



Kategorie

Geflügel
Partyrezepte

Eigenschaften

Lässt sich vorbereiten
Raffiniert

Nährwerte

Fett in g: 23
Kohlenhydrate in g: 2
kcal: 295
kJ: 1237

Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen
4 fleischige Entenbrüste
(à 350–400 g)
2 Saftorangen (unbehandelt)
40 g frische Ingwerwurzel
2–3 rote Chilischoten
5 Kardamomkapseln
2 Sternanis
3 El Sojasauce
3 El dunkles Sesamöl

Zubereitungszeit

60 min

Zubereitung

1. Die Entenbrüste auf der Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Das seitlich überstehende Fett abschneiden.
2. Die Orangenschale dünn abreiben, den Saft aus den Früchten pressen. Saft und Schale in eine Schüssel geben. Den Ingwer schälen und in den Orangensaft reiben. Die Chilischoten aufschlitzen, entkernen und fein hacken. Die Kardamomkörner aus den Kapseln brechen und zusammen mit dem Sternanis in einem Mörser zerstoßen. Chiliwürfel, zerstoßene Gewürze und die Sojasauce unter den Orangensaft rühren. Die Mischung in eine flache Arbeitsschale geben, die Entenbrüste mit der Fleischseite nebeneinander in die Marinade legen. Zugedeckt mindestens 6 Stunden, besser über Nacht, marinieren.
3. Die Entenbrüste aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und anschließend trockentupfen. Die Fleischseite mit Sesamöl, die Hautseite mit Marinade bestreichen. Die restliche Marinade mit den Gewürzen in einem kleinen Topf auf die Hälfte einkochen und durch ein Sieb in eine kleine Schüssel gießen.
4. Die Entenbrüste zuerst auf der Hautseite 8–10 Minuten, dann auf der Fleischseite 5–6 Minuten grillen. Die Entenbrüste vom Grill auf ein Holzbrett mit Ablaufrinne legen und mit dem restlichen Sesamöl bestreichen. 8 Minuten ruhenlassen. Die Entenbrüste schräg in

Foto: Richard Stradtman

Rezept

Entenbrüste in Orangen-Marinade

2 cm dicke Scheiben schneiden und mit der eingekochten Orangenmarinade beträufeln.

Rezept

Rotbarsch aus der Folie



Kategorie

Fisch
Partyrezepte

Eigenschaften

Lässt sich vorbereiten
Raffiniert

Nährwerte

Fett in g: 74
Kohlenhydrate in g: 5
kcal: 900

Zubereitungszeit

35 min

Zubereitung

1. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und auskühlen lassen. Den Rotbarsch unter kaltem Wasser abspülen, trockentupfen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

2. Knoblauch pellen und mit Basilikum, Parmesan, Olivenöl und Pinienkernen im Mixer fein pürieren. Pesto mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Tomaten und Mozzarella in Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. 4 Alufolienstücke auf dem Tisch ausbreiten, die Rotbarschfilets daraufsetzen. Mozzarella und Tomaten dachziegelartig auf den Fisch legen. Pesto darauf verteilen.

4. Die Folie zusammenklappen und oben falzen. Die Seiten einschlagen. Die Päckchen auf dem Grill 14-18 Min. garen.

Tip: Da die Fischstücke in Dicke und Länge unterschiedlich ausfallen können, sollten Sie nach 14 Minuten mit einer Gabel testen, ob sie gar sind

Zutaten

Basis für 4 Personen/Portionen

Für 4 Päckchen:

50 g Pinienkerne

4 Rotbarschfilets (à 180 g, ohne Gräten)

4 El Zitronensaft

Salz

Pfeffer

1 Knoblauchzehe

1 Bund Basilikum

50 g geriebener Parmesan

180 ml Olivenöl

4 Tomaten

2 Mozzarellakugeln

Essen & Trinken



DIGITALES KOCHBUCH

Grillvergnügen

Fleisch für den Grill

Spareribs

Herzhafte Baguettes

Marinierte Spareribs

Kartoffelspieße mit Schafskäse und Lamm

Marinierte Lammfilets



Rezept

Spareribs



Zutaten

Basis für 6 Personen/Portionen
300 ml Tomatenketchup
250 g Honig
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 Spritzer Tabasco oder mehr
2 TL getrockneter Oregano
20 ml Weißweinessig
2 EL Tomatenmark
1,2 kg Schälrippen vom Schwein am Stück
1-2 EL Cayennepfeffer

Kategorie

Partyrezepte
Schwein

Eigenschaften

Ganz einfach

Zubereitungszeit

75 min

Zubereitung

1. Ketchup mit Honig, Salz, Pfeffer, Tabasco, Oregano, Essig und Tomatenmark zu einer Sauce verrühren.
2. Fettpartien vom Rippenstück abschneiden. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer einreiben.
3. Bei mittlerer Hitze von jeder Seite 20 Minuten grillen, dabei mehrfach wenden. Zuerst etwas Sauce auf die Rippen pinseln, dann die Oberseite einpinseln. Diesen Vorgang sooft wiederholen, bis die Sauce aufgebraucht ist. Gesamtgrillzeit, am besten im Kugelgrill: 45-50 Min. (Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad insgesamt 40 Min. garen. Dabei genauso verfahren wie beim Grillen.)
4. Vor dem Servieren das Rippenstück in Portionen teilen.

Rezept

Herzhafte Baguettes



Zutaten

Basis für 6 Personen/Portionen

8 El Dijonsenf

9 El Olivenöl

2 El Zitronensaft

400 g Rinder- oder Lammfilet in 6
gleich großen Scheiben

Salz

Pfeffer

150 g Rucolasalat

250 g Tomaten

1 Bund Basilikum

2 Baguettes

Kategorie

Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach

Zubereitungszeit

45 min

Zubereitung

1. 5 El Senf mit 5 El Olivenöl und Zitronensaft verrühren. Das Fleisch salzen und pfeffern und mit der Senfpaste bestreichen. Im Kühlschrank ca. 3 Stunden marinieren.

2. Rucola, Tomaten und Basilikum waschen. Tomaten in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

3. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Filetscheiben darin braten (oder am Strand grillen). Baguettes der Länge nach halbieren, in ca. 15 cm lange Stücke schneiden und die Schnittflächen mit dem restlichen Senf bestreichen.

4. Die Baguettестücke mit Rucola, Tomatenscheiben, Basilikumblättern, Rinderfilet füllen und servieren.

Rezept

Marinierte Spareribs



Zutaten

Basis für 4 Personen/Portionen

1,5 kg Spareribs

Salz

1-2 Knoblauchzehen

1 Chilischote

300 ml Ketchup

150 ml Honig

1 El Weißweinessig

2 El Sojasauce

1/2 Tl Raucharoma

Kategorie

Partyrezepte

Schwein

Eigenschaften

Lässt sich vorbereiten

Nährwerte

Fett in g: 18

Kohlenhydrate in g: 23

kcal: 383

Zubereitungszeit

40 min

Zubereitung

1. Die Spareribs so auseinander schneiden, daß jeweils zwei Rippen zusammenbleiben, dann in Salzwasser 30 Min. kochen.

2. Knoblauch pellen und fein hacken. Chili längs halbieren, entkernen und fein würfeln. Ketchup mit Honig, Essig, Sojasauce, Knoblauch, Chili und Raucharoma verrühren, mit Salz würzen.

3. Die Spareribs mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen, auf ein Blech legen und mit einem Pinsel mit der Marinade bestreichen. Zugedeckt (am besten über Nacht) marinieren.

4. Die Spareribs auf dem Grill von jeder Seite 5 Min. grillen. Dazu passen Baked potatoes.

Rezept

Kartoffelspieße mit Schafskäse und Lamm



Kategorie

Kartoffeln
Lamm

Eigenschaften

Ganz einfach

Nährwerte

Fett in g: 62
Kohlenhydrate in g: 24
kcal: 802
kJ: 3362

Zubereitungszeit

60 min

Zutaten

Basis für 4 Personen/Portionen

Spieße

24 kleine neue Kartoffeln

Salz

500 g Lammrückenfilets (geputzt,
möglichst 2 gleich große Stücke)

250 g griechischer Schafskäse (z. B.
Feta)

16 frische Lorbeerblätter

schwarzer Pfeffer

3 El Olivenöl

Pfefferminzsauce

2 Bund Pfefferminze

1 Bund glatte Petersilie

3-4 Knoblauchzehen

Salz

100 ml Olivenöl

4 El Weißweinessig

Außerdem

8 Holzspieße

Zubereitung

1. Die Kartoffeln mit Schale waschen und in Salzwasser etwa 20 Minuten gar kochen. Für die Sauce die Pfefferminze und die Petersilie abspülen und trockentupfen. Die Blättchen abzupfen. Knoblauch pellen und grob hacken. Minze, Petersilie, Knoblauch und 1 Tl Salz in einen Mixer geben. Olivenöl und Weißweinessig zugeben und alles sehr fein zerkleinern.

2. Kartoffeln abgießen, abkühlenlassen und pellen. Lammfleisch und Schafskäse trockentupfen. Jeweils in 16 gleich große Stücke schneiden. Lorbeerblätter abspülen und trockentupfen.

3. Kartoffeln, Lammfleisch und Schafskäse abwechselnd auf Holzspieße stecken. Dabei je 1 Lorbeerblatt um je 1 Schafskäsestück legen. Die Spieße mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Den Backofen auf 200 Grad (Gas 3, Umluft 170 Grad) vorheizen. Ein Backblech mit 1 El Öl bestreichen. Spieße darauf verteilen und mit dem restlichen Öl bepinseln. Backblech auf der 2. Einschubleiste von unten in den Ofen schieben und die Spieße etwa 8 Minuten braten.

5. Den Backofengrill zuschalten. Das Blech in die oberste Einschubleiste schieben und die Spieße etwa 5 Minuten übergrillen. Dabei aufpassen, daß die Lorbeerblätter nicht zu dunkel werden. Spieße mit der Minze-sauce servieren.

Foto: Richard Stradtman

Rezept

Marinierte Lammfilets



Kategorie

Lamm

Eigenschaften

Ganz einfach

Kalorienarm

Nährwerte

Fett in g: 12

Kohlenhydrate in g: 2

kcal: 265

kJ: 1108

Zubereitungszeit

30 min

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch pellen. Zwiebeln fein würfeln, Knoblauch durch die Presse drücken. Beides mit dem Olivenöl zu einer dicklichen Paste verrühren.
2. Die Lammfilets zwischen einen aufgeschnittenen Gefrierbeutel legen und mit einem Plattiereisen oder einem Küchenbeil in ca. 0,5 cm dünne Scheiben klopfen. Beide Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Knoblauch-Zwiebel-Paste bestreichen. Abgedeckt am besten über Nacht durchziehen lassen.
3. Vor dem Servieren den Grill vorheizen. Die Tomaten waschen und auf dem Grill von allen Seiten kurz anrösten. Auf Alufolie setzen und in 15 Minuten fertiggarren.
4. Die Würzpaste von den Lammfilets abschaben. Filets auf den Grill legen und von jeder Seite ca. 5 Minuten grillen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Sumach würzen und mit den Tomaten servieren.

Tip: Dazu paßt Reis, der pro Portion mit einem rohen Eigelb und etwas Sumach garniert wird.

Zutaten

Basis für 4 Personen/Portionen

140 g Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

50 ml Olivenöl

640 g Lammfilets

Salz

Pfeffer schwarzer (a. d. Mühle)

360 g Tomaten

1-2 TL Sumach

Essen & Trinken



DIGITALES KOCHBUCH

Grillvergnügen

Gemüse für den Grill

Gegrillte Kartoffelhälften

Gemüsespieße

Würziger Buttermais

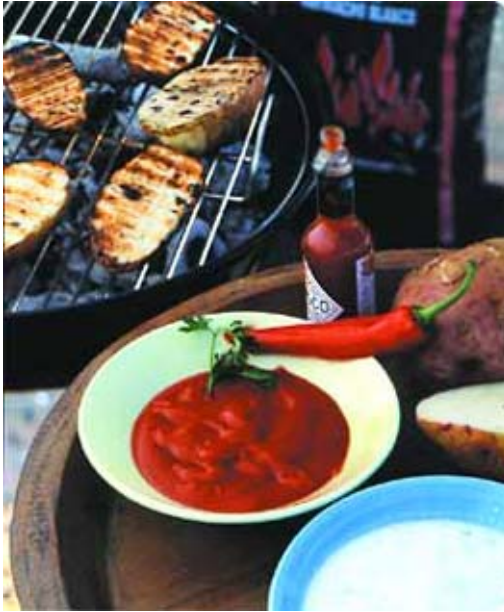
Ziegenfrischkäse im Weinblatt

Bundmöhren in Speck



Rezept

Gegrillte Kartoffelhälften



Kategorie

Kartoffeln
Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach

Zubereitungszeit

60 min

Zubereitung

1. Gewaschene Kartoffeln mit Meersalz, Thymian und Rosmarin in Alufolie wickeln. In der Glut des Grills 35-40 Minuten garen. (Im Backofen bei 200 Grad ca. 40 Minuten garen.)
2. Kartoffeln aus der Glut nehmen, auswickeln und halbieren. Auf dem Grill weitere 5 Minuten rösten.
3. Kartoffeln mit Sour Creme bzw. saurer Sahne servieren.

Zutaten

Basis für 8 Personen/Portionen
4 große Ofenkartoffeln
grobes Meersalz
1 Bund Thymian
4 Rosmarinstiele
500 g Sour Creme oder saure Sahne

Rezept

Gemüsespieße



Kategorie

Gemüse
Partyrezepte

Eigenschaften

Lässt sich vorbereiten
Schnell
Vegetarisch

Nährwerte

Fett in g: 20
Kohlenhydrate in g: 3
kcal: 224

Zubereitungszeit

30 min

Zubereitung

1. Die Paprika achteln, entkernen, grob würfeln. Zwiebeln pellen, vierteln und die Häute voneinander trennen. Zucchini in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Käse in 2-3 cm dicke Würfel schneiden. Pilze putzen. Das Gemüse auf Spieße stecken.
2. Thymianblätter von den Stielen zupfen. Knoblauch pellen und fein würfeln. Den roten Pfeffer zerdrücken und alles zum Olivenöl geben. Mit Paprikapulver und Salz würzen.
3. Die Spieße im Würzöl wenden und zugedeckt (am besten über Nacht) marinieren.
4. Die Spieße leicht abtropfen lassen, auf dem Grill 6-8 Min. grillen, dabei öfter drehen. Dazu paßt Aioli.

Zutaten

Basis für 5 Personen/Portionen
Für 10 Spieße:
600 g Paprikaschoten (rote, grüne, gelbe)
200 g weiße Zwiebeln
350 g Zucchini
400 g Fetakäse
150 g kleine Champignons
1 Bund Thymian
1-2 Knoblauchzehen
1 TL roter Pfeffer
250 ml Olivenöl
1 El Paprikapulver (edelsüß)
Salz

Rezept

Würziger Buttermais



Zutaten

Basis für 8 Personen/Portionen

1 l Milch

100 g Butter

2 Tl Salz

2 El Zucker

Pfeffer aus der Mühle

4 frische Maiskolben, geputzt

frisches Gemüse, z. B. Zucchini in

Scheiben, feste ganze Tomaten,

Zwiebeln in dicken Ringen, halbierte

Pilze, geviertelte Paprikaschoten

Kategorie

Gemüse

Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach

Preiswert

Zubereitungszeit

45 min

Zubereitung

1. Milch mit Butter, Salz, Zucker und Pfeffer in einen Topf geben und mit 2 l Wasser auffüllen. Aufkochen.

2. Maiskolben quer halbieren und in den Topf geben. Hitze reduzieren. Mais 40 Minuten garen. Dabei durch Einstechen Garproben machen.

3. Kolben herausnehmen und zusammen mit dem anderen Gemüse 6-10 Minuten auf den Grill legen, bis die Stücke gar sind.

Rezept

Ziegenfrischkäse im Weinblatt



Kategorie

Käse

Eigenschaften

Ganz einfach

Nährwerte

Fett in g: 16

Kohlenhydrate in g: 1

kcal: 162

Zubereitungszeit

20 min

Zubereitung

1. Knoblauch pellen, fein würfeln und mit abgeriebener Zitronenschale, Olivenpaste, fein gehacktem Thymian und Olivenöl verrühren. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen.

2. Die Weinblätter auf der Arbeitsfläche ausbreiten, harte Blattrippen abschneiden und je 2 Blätter übereinanderlappend zusammenlegen. Die Ziegenfrischkäse durch das Würzöl ziehen und auf die Blätter legen.

3. Erst die Seiten der Weinblätter, dann Ober- und Unterrand über die Füllung klappen und die Päckchen zugedeckt im Kühlschrank 2 Std. kühl stellen.

4. Die Päckchen auf dem Grill bei milder Glut von jeder Seite 1-2 Min. grillen.

Tipp: Die Weinblätter erhalten Sie auch in gut sortierten Supermärkten.

Zutaten

Basis für 6 Personen/Portionen

1 Knoblauchzehe

1 El fein abgeriebene Zitronenschale

1 El Olivenpaste (Tapenade, Glas)

4 Thymianzweige

3 El Olivenöl

Salz

Pfeffer

12 Weinblätter (Glas)

6 Ziegenfrischkäsetaler (à 25-30 g, z. B. Picandou)

Rezept

Bundmöhren in Speck



Kategorie

Gemüse

Eigenschaften

Ganz einfach
Schnell

Nährwerte

Fett in g: 7
Kohlenhydrate in g: 6
kcal: 112

Zubereitungszeit

20 min

Zutaten

Basis für 4 Personen/Portionen
600 g zarte, dünne Bundmöhren
Salz
100 g durchwachsener Speck (in
hauchdünnen Scheiben)

Zubereitung

1. Bundmöhren schälen, das Grün bis auf 1 cm abschneiden. Die Möhren in Salzwasser 4-6 Min. kochen, abschrecken und abtropfen lassen.
2. Die Möhren von oben nach unten spiralförmig mit Speck umwickeln, nicht salzen. Die Möhren auf dem Grill bei milder Glut 4-6 Min. grillen, dabei öfter drehen. Zu den Möhren passt Knoblauchbutter.

Tipp: Es ist sehr wichtig, dass die Speckscheiben hauchdünn geschnitten sind, sonst haften sie nicht an den Möhren. Beim Metzger fein schneiden lassen.

Essen & Trinken



DIGITALES KOCHBUCH

Grillvergnügen

Salate

Gurken-Avocado-Salat

Kartoffelsalat mit Sesam

Sellerie-Möhrensalat

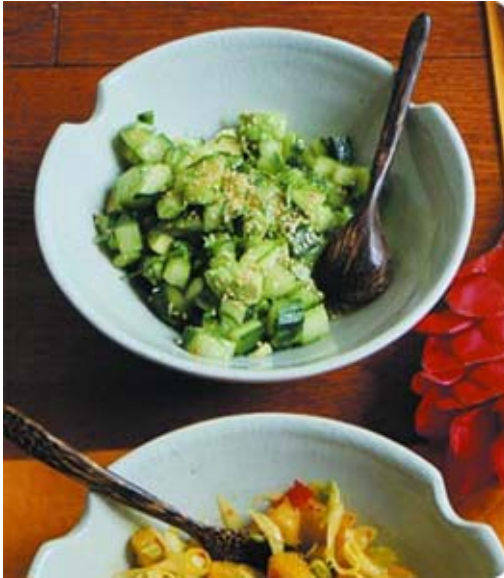
Paprikasalat mit Ziegenkäse und Kapstachelbeeren

Gemüse-Nudel-Salat



Rezept

Gurken-Avocado-Salat



Kategorie

Partyrezepte
Salate

Eigenschaften

Ganz einfach
Schnell

Nährwerte

kcal: 206

Zubereitungszeit

25 min

Zubereitung

1. Von der Gurke jeden zweiten Streifen Haut abschälen, die Gurke längs halbieren, Kerne entfernen. Gurke 1 cm groß würfeln, mit 1 TL Salz vermengen und ca. 20 Minuten durchziehen lassen. Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten.

2. Basilikum fein hacken und mit Essig, Honig und Öl glatt rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Avocado schälen, den Stein herauslösen und das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Avocado mit der Vinaigrette vermengen. Gurkenwürfel abtropfen lassen und untermengen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit geröstetem Sesam bestreut servieren.

Zutaten

Basis für 6 Personen/Portionen

500 g Salatgurke

Salz

1 El Sesamsaat

4 Zweige Basilikum

4 El Weißweinessig

1 TL flüssiger Honig

6 El Öl

Salz

Pfeffer

100 g Avocado

Rezept

Kartoffelsalat mit Sesam



Kategorie

Kartoffeln
Partyrezepte
Salate

Eigenschaften

Ganz einfach
Raffiniert

Zubereitungszeit

50 min

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen und als Pellkartoffeln in Salzwasser garen. Dann abgießen und kalt abschrecken. Zwiebeln pellen und fein würfeln, im heißen Öl glasig andünsten. Fond und 2 El Zitronensaft zugeben, aufkochen, kräftig mit Salz, Pfeffer und 1/2 Tl Kreuzkümmel würzen. Kartoffeln pellen, in dünne Scheiben schneiden, mit dem heißen Fond übergießen und 2 Stunden durchziehen lassen.

2. Zucchini putzen, in 3 cm lange, dünne Stifte schneiden, mit 1/2 Tl Salz bestreuen und auf einem Sieb 30 Minuten abtropfen lassen. Tomaten waschen und vierteln. Sesam in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Petersilie abzapfen. Jogurt, Crème fraîche, 2 El Zitronensaft und Knoblauch verrühren. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und 1/2 bis 1 Tl Kreuzkümmel würzen. Zucchini ausdrücken, Kartoffeln abtropfen lassen, beides mischen. Tomaten und Petersilie vorsichtig untermischen. Mit der Sauce in eine Schüssel schichten und mit Sesam bestreut servieren.

Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen
1,5 kg festkochende Kartoffeln
Salz
2 Zwiebeln
3 El Öl
400 ml Gemüsefond
4 El Zitronensaft
Pfeffer
1-2 Tl gemahlener Kreuzkümmel
300 g Zucchini
300 g Kirschtomaten
50 g Sesamseed
2 Bund glatte Petersilie
300 g Vollmilchjoghurt
100 g Crème fraîche
1 Knoblauchzehe, durchgepresst
Zucker

Rezept

Sellerie-Möhrensalat



Zutaten

Basis für 6 Personen/Portionen
100 g Mayonnaise
125 ml Orangensaft, frisch gepresst
150 g Jogurt
2 El Zucker
Salz
Pfeffer
2 El Essig
600 g Sellerieknolle
350 g Möhren
1 Orange
glatte Petersilie

Kategorie

Gemüse
Partyrezepte
Salate

Eigenschaften

Ganz einfach
Schnell

Zubereitungszeit

25 min

Zubereitung

1. Mayonnaise mit Orangensaft, Jogurt, Zucker, Salz, Pfeffer und Essig glatt rühren.
2. Sellerie und Möhren waschen, schälen und in möglichst dünne Streifen schneiden (eventuell mit dem Gemüsehobel).
3. Gemüsestreifen in das Dressing geben, kalt stellen und ca. 3 Stunden durchziehen lassen. Mit Orangenscheiben und Petersilie garnieren.

Rezept

Paprikasalat mit Ziegenkäse und Kapstachelbeeren



Kategorie

Gemüse
Käse
Salate

Eigenschaften

Raffiniert
Vegetarisch

Nährwerte

Fett in g: 48
Kohlenhydrate in g: 11
kcal: 558
kJ: 2336

Zubereitungszeit

45 min

Zubereitung

1. Die Paprikaschoten vierteln, putzen und mit der Hautseite nach oben nebeneinander auf ein Backblech legen. Unterm Grill 6-8 Minuten rösten, bis die Haut schwarze Blasen bekommt. Dann mit einem feuchten Tuch bedecken, 10 Minuten abkühlen lassen und anschließend häuten. Die Paprika in etwa 1 cm breite Streifen schneiden. Mit Salz, Pfeffer, 2 El Himbeeressig und 3 El Olivenöl mischen.
2. Die Haselnußkerne in 1 El Olivenöl goldbraun rösten und grob hacken. Römervalat, Brunnenkresse und Rauke waschen, putzen und grob zerpupfen. Den restlichen Himbeeressig, 5 El Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren.
3. Schalotten pellen und in dünne Spalten schneiden. Kapstachelbeeren aus der pergamentartigen Hülle lösen und die Früchte halbieren. Schalotten im restlichen Öl unter Wenden weich dünsten, Kapstachelbeeren untermischen und mit Zitronensaft ablöschen.
4. Die Blattsalate locker mit der Vinaigrette mischen und auf Tellern anrichten. Den Paprikasalat darauf verteilen. Den Ziegenkäse darauflegen. Das Kapstachelbeeren-Schalotten-Gemisch und die Haselnüsse darauf verteilen.

Zutaten

Basis für 4 Personen/Portionen

750 g rote Paprikaschoten

Salz

schwarzer Pfeffer

5 El Himbeeressig

10 El Olivenöl

20 g Haselnußkerne

150 g Römervalat

50 g Brunnenkresse

50 g schmalblättrige Rauke

100 g Schalotten

75 g Kapstachelbeeren

1 El Zitronensaft

8 junge Ziegenkäse (à 50 g, z. B. Picandou)

Foto: Heino Banderob

Rezept

Gemüse-Nudel-Salat



Kategorie

Gemüse
Nudeln
Partyrezepte
Salate

Eigenschaften

Ganz einfach
Vegetarisch

Nährwerte

Fett in g: 7
Kohlenhydrate in g: 17
kcal: 153

Zubereitungszeit

60 min

Zutaten

Für 24 Portionen:

1,5 kg rote und gelbe Paprikaschoten
Salz
400 g Zuckerschoten
600 g weiße Champignons
12 El Öl
Pfeffer
500 g Nudeln (z. B. Penne)
200 g Zwiebeln
400 ml Gemüsebrühe
4 El Weißweinessig
1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Schnittlauch
300 g saure Sahne

Zubereitung

Sollen die Paprikaschoten knackig bleiben, werden sie nicht blanchiert, sondern roh mit dem Sparschäler geschält.

1. Die Paprikaschoten putzen, vierteln und 5 Min. in kochendem Salzwasser blanchieren. Mit einer Schaumkelle herausheben und abschrecken. Kurz abkühlen lassen, dann häuten und die Viertel schräg in Stücke schneiden.
2. Die Zuckerschoten putzen, halbieren, 3 Min. im Paprikawasser blanchieren, dann abgießen und abschrecken. Die Champignons putzen, halbieren oder vierteln. In 3 El heißem Öl braun anbraten, salzen und pfeffern. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen, abgießen und abschrecken.
3. Die Zwiebeln pellen und fein würfeln. In 2 El Öl glasig dünsten, mit der Brühe ablöschen und einmal kurz aufkochen. Dann mit Essig, 7 El Öl, etwas Salz und Pfeffer verschlagen. Die Sauce mit Champignons, Nudeln, Paprikaschoten und Zuckerschoten mischen und 2 Std. durchziehen lassen.
4. Petersilie abzupfen und fein hacken, Schnittlauch in Röllchen schneiden. Beides mit der sauren Sahne, etwas Salz und Pfeffer verrühren, unter den Nudelsalat

Foto: Günter Beer

Rezept

Gemüse-Nudel-Salat

mischen und evtl. nachwürzen.

Essen & Trinken



DIGITALES KOCHBUCH

Grillvergnügen

Süß, frisch und fruchtig

Melonensalat mit Sabayone

Erdbeerkuchen mit Zitronencreme

Kirsch-Mascarpone-Creme

Limettenkuchen (Limepie)

Sommerliche Früchteplatte

Kalte Joghurt-Limetten-Suppe mit Himbeeren



Rezept

Melonensalat mit Sabayone



Kategorie

Nachspeisen
Partyrezepte
Salate

Eigenschaften

Ganz einfach
Lässt sich vorbereiten
Schnell

Zubereitungszeit

40 min

Zubereitung

1. Eine Melone halbieren, entkernen. Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher herauslösen. Zweite Melone zickzackförmig halbieren und entkernen. Erdbeeren waschen, putzen, vierteln. Nektarinen waschen, entsteinen und in Spalten schneiden.
2. Sirup, Orangen-, Zitronensaft und 4 El Puderzucker verrühren, mit den Obststücken mischen und 1/2 Stunde durchziehen lassen.
3. Für die Sabayone Weißwein, Eigelb, 6 El Puderzucker mischen und über einem heißen Wasserbad dickcremig bis kurz vor dem Kochen aufschlagen. Dann in Eiswasser weiterschlagen, bis die Creme kalt ist. Likör und Rosenwasser unterrühren. Obstsalat in und um die Melonenhälften verteilen, mit 1 El Puderzucker bestäuben und mit der Sabayone servieren.

Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen
2 Charentaismelonen à ca. 1200 g
700 g Erdbeeren
700 g Nektarinen
5 El Rosensirup
7 El Orangensaft
3 El Zitronensaft
10 El Puderzucker
220 ml Weißwein
6 Eigelb (Kl. M)
5 El Rosen- oder Orangenlikör
1/2 Tl Rosenwasser

Rezept

Erdbeerkuchen mit Zitronencreme



Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen

Für 24 Stücke:

300 g Butter
200 g Zucker
Salz
1 Pk. Vanillinzucker
4 Eier (Kl. M, getrennt)
300 g Mehl
3 Tl Backpulver
8 Blatt weiße Gelatine
2 unbehandelte Zitronen
1 kg Sahnequark
6 El Orangensaft
400 ml Schlagsahne
1,25 kg Erdbeeren
2 Pk. roter Tortenguß
1/2 l roter Johannisbeersaft

Kategorie

Backen
Nachspeisen
Partyrezepte

Eigenschaften

Lässt sich vorbereiten
Raffiniert

Nährwerte

Fett in g: 21
Kohlenhydrate in g: 34
kcal: 366

Zubereitungszeit

60 min

Zubereitung

1. Weiche Butter, 100 g Zucker, 1 Prise Salz und Vanillinzucker sehr cremig rühren. Die Eigelb nacheinander jeweils gut unterrühren. Mehl und Backpulver sieben und unterrühren. Teig auf ein gefettetes, tiefes Blech streichen. Im heißen Ofen bei 200 Grad auf der 2. Schiene von unten 20 Min. backen (Gas 3, Umluft 15 Min. bei 180 Grad). Abkühlen lassen.

2. Gelatine kalt einweichen. Von den Zitronen die Schale abreiben und 6 El Saft auspressen. Quark, 50 g Zucker, Zitronenschale, Zitronen- und Orangensaft glattrühren. Gelatine ausdrücken, lauwarm auflösen und unterrühren. Creme kalt stellen.

3. Sahne steif schlagen. Eiweiß und 1 Prise Salz steif schlagen, dabei 50 g Zucker einrieseln lassen und weiterschlagen, bis er sich gelöst hat. Beides unter die Creme heben, auf den Kuchen streichen. 2 Std. kalt stellen.

4. Erdbeeren waschen, putzen, halbieren. Guß mit Saft nach Anweisung zubereiten, etwas abkühlen lassen. Die Hälfte auf den Kuchen geben, mit den Beeren belegen. übrigen Guß eventuell wieder erwärmen und darüber verteilen. 1 Std. kalt stellen.

Rezept

Kirsch-Mascarpone-Creme



Zutaten

Basis für 12 Personen/Portionen
1,25 kg Sauerkirschen (oder 1 kg TK-Sauerkirschen)
125 g Puderzucker
4 Eigelb (Kl. M)
3 Tropfen Backaroma Butterschokolade
100 ml starker Espresso
1 TL abgeriebene unbehandelte Orangenschale
4 EL Orangensaft
500 g Mascarpone
750 g Quark (20%)
200 g Schokoladen-Waffelkekse (z. B. Afrika von Bahlsen)
1 TL Espressopulver
Minzeblätter

Kategorie

Nachspeisen
Partyrezepte

Eigenschaften

Lässt sich vorbereiten
Raffiniert

Nährwerte

Fett in g: 31
Kohlenhydrate in g: 34
kcal: 467

Zubereitungszeit

50 min

Zubereitung

1. Kirschen waschen, putzen und entsteinen (oder auftauen lassen). In einem Sieb mit 25 g Puderzucker bestreuen und durchziehen lassen.
2. Eigelb, 100 g Puderzucker, Vanillearoma, Espresso, Orangenschale und -saft über einem heißen Wasserbad dickcremig aufschlagen. Mascarpone und Quark unterrühren.
3. Kekse, Creme und Kirschen abwechselnd in eine Schüssel schichten. Mindestens 2 Std. kalt stellen. Mit Espressopulver, Minze (evtl. auch mit Kapuzinerkresse) garniert servieren.

Rezept

Limettenkuchen (Limepie)



Kategorie

Backen
Partyrezepte

Eigenschaften

Ganz einfach

Zubereitungszeit

45 min

Zubereitung

1. Mehl mit Butter, 70 g Zucker, Vanillezucker und Ei zügig zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln. Für 1 Stunde in den Kühlschrank legen.

2. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche für eine Tarteform (28 cm Ø) ausrollen. Teig hineinlegen. Mit Backpapier abdecken. Hülsenfrüchte oder Reis darauf verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 30 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, Hülsenfrüchte bzw. Reis entfernen. Tarte auskühlen lassen.

3. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Limettenschale dünn abreiben, Saft aus den Früchten pressen. Eier trennen. Sahne steif schlagen. Eigelb mit 100 g Zucker 5 Minuten schaumig rühren. Gelatine ausdrücken und bei milder Hitze auflösen. Unter die Eigelbmasse heben. Limettensaft und -schale unterrühren.

4. Sahne unter die Masse heben, die Mischung auf dem vorgebackenen Teig verteilen. Tarte abkühlen und fest werden lassen. Aus der Form lösen. Mit Limettenscheiben verzieren.

Zutaten

Basis für 8 Personen/Portionen

150 g Mehl
75 g Butter
170 g Zucker
1 TL Vanillezucker
1 Ei (Kl. L)
ca. 300 g getrocknete Hülsenfrüchte
oder Reis zum Blindbacken
5 Blatt weiße Gelatine
3 Limetten
4 Eigelb (Kl. L)
200 ml Sahne

Rezept

Sommerliche Früchteplatte



Kategorie

Vorspeisen

Eigenschaften

Ganz einfach

Nährwerte

Fett in g: 7

Kohlenhydrate in g: 57

kcal: 323

KJ: 1357

Zubereitungszeit

45 min

Zutaten

Basis für 8 Personen/Portionen

250 g Erdbeeren

250 g Heidelbeeren

250 g rote Johannisbeeren

185 g Zucker

250 g Himbeeren

750 g Wassermelone

1 kleine Ogen-Melone

1 kleine Cantaloupe-Melone

3 Limetten

3 Stiele frische Minze

Garnitur und Beilagen:

Holzstäbchen

100 g Farinzucker (Reformhaus)

500 g griechischer Sahnejoghurt

oder Fromage frais

dekorative Blätter

Zubereitung

1. Erdbeeren, Heidelbeeren und Johannisbeeren getrennt waschen und in Durchschlägen abtropfen lassen. Jeweils 2 Heidelbeeren und 2 rote Johannisbeeren im Wechsel auf 6 Holzstäbchen spießen und kalt stellen. Die Johannisbeeren mit 60 g Zucker mischen, in einer mit Küchenpapier ausgelegten Arbeitsschale nebeneinanderlegen und in das Gefriergerät stellen. Erdbeeren, Heidelbeeren und Himbeeren in den Kühlschrank stellen. Die Wassermelone schälen, die schwarzen Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Die beiden anderen Melonen halbieren, mit einem Eßlöffel die Kerne herausschaben und die ungeschälten Melonenhälften in dicke Spalten schneiden. Die Schale der Spalten mit einem scharfen Messer am Fruchtfleisch entlang bis auf 5 cm ablösen. Vorbereitete Melonenspalten abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

2. Für den Sirup den restlichen Zucker mit 1/8 l Wasser 5 Minuten um 1/3 einkochen lassen. Von 2 Limetten die Schale mit einem Juliennereißer abziehen und abgedeckt zur Seite stellen. Die 2 Limetten auspressen und den Saft zum Zuckersirup geben. Sirup abkühlen lassen. 3 Blattspitzen der Minze zur Seite legen (in kaltem Wasser bleiben sie frisch). Die restliche Minze in dünne Streifen schneiden. Minze- und Limettenschalenstreifen in den Zuckersirup geben, ca. 2 Stunden ziehen lassen.

3. Das Obst auf einer großen Platte anrichten (siehe Bild oben). Die Melonenspalten mit den aufgespießten

Foto: Kramp + Gölling

Rezept

Sommerliche Früchteplatte

Beeren dekorieren. Die Minzespitzen und andere dekorative Blätter zwischen dem Obst verteilen. Die restliche Limette in Spalten schneiden und dazwischenlegen. Die Obstplatte mit Limetten-Minze-Sirup, Farin Zucker und Sahnejoghurt servieren.

Rezept

Kalte Joghurt-Limetten-Suppe mit Himbeeren



Zutaten

Basis für 4 Personen/Portionen
2 Limetten
120 g Puderzucker
500 g Sahnejoghurt
180 ml Milch
10 g Kokosraspel
1 Zweig frische Minze
250 g Himbeeren

Kategorie

Nachspeisen

Eigenschaften

Ganz einfach

Lässt sich vorbereiten

Nährwerte

Fett in g: 16

Kohlenhydrate in g: 45

kcal: 533

kJ: 2228

Zubereitungszeit

15 min

Zubereitung

1. Von den Limetten die Schale dünn abreiben und abgedeckt beiseite stellen. Den Saft auspressen; den Puderzucker sieben.
2. Den Joghurt mit Limettensaft, der Milch und dem Puderzucker glattrühren. Die Joghurtsuppe so lange in den Kühlschrank stellen, bis sie eiskalt ist.
3. Die Kokosraspel in einer trockenen Pfanne unter Wenden goldbraun rösten. Pro Portion 1 Minzeblatt abzupfen und in sehr feine Streifen schneiden.
4. Die Himbeeren und die Kokosraspel auf tiefe Teller verteilen. Die kalte Joghurtsuppe mit dem Schneidstab schaumig aufmixen. Abgeriebene Limettenschale und feingeschnittene Minze unterziehen und die Suppe auf die Teller verteilen. Zum Servieren die restlichen Minzeblätter abzupfen und das Dessert damit garnieren.