

WIR GRILLEN! – vom 18.04.2021

Alle Rezepte sind für 4 Portionen

Ziegenkäsepäckchen mit grünem Spargel

Zutaten:

Grüner Spargel	16 Stangen
Erdbeeren	100 g
Ziegencamembert/Schafskäse	400 g
Getrocknete Tomaten	4 St.
Kirschtomaten	12 St.
Knoblauch	2 Zehen
Olivenöl	4 EL
Rucola/Babypinats	100 g
Honig	4 EL
Zitronensaft	½ St.
Pinienkerne	50 g
Pfeffer/Salz	
Rosa Pfefferbeeren	

Zubereitung:

Spargel im unteren Drittel schälen, getrocknete Tomaten etwas klein schneiden. Kirschtomaten halbieren, Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Alles zusammen mit dem Käse auf die Alufolie legen und mit Salz, Pfeffer und dem Öl der getrockneten Tomaten würzen. Alufolie-Päckchen schließen und ca. 15 Minuten bei 180 Grad grillen oder im Ofen backen.

Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne rösten. Erdbeeren waschen und 4-5 St. mit dem Honig mit Stabmixer mixen. Einen Teil des Erdbeerhonigs zur Seite stellen und aus dem Rest mit Salz/Pfeffer, Zitronensaft und Olivenöl ein Dressing herstellen.

Käsepäckchen entnehmen, Salat marinieren und mit Erdbeerscheiben, Pinienkernen und dem Erdbeerhonig anrichten.



Lachsburger

Zutaten:

Burgerbröchen mit Sesam	4 St.
Lachsfilet	480 g
Algensalat	200 g
Avocado	2 St.
Knoblauch	3 Zehe
Ingwer	20 g
Limette	2 St.
Zitrone	1 St.
Milch	150 ml
Rapsöl	200 ml
Sojasoße	50 ml
Salz	
Kreuzkümmel	
Frischer Koriander	50 g

Zubereitung:

Lachs mit Wasser abspülen, trocken tupfen und evtl. Greten entfernen. Dann den Lachs mit Knoblauch, Ingwer, Limettenabrieb, Sojasoße und Kreuzkümmel marinieren und zur Seite stellen. In einem Mixbecher den Saft einer halben Zitrone pressen. Bis auf ca. 150 ml Milch auffüllen. Dann mit ca. 200 ml Öl aufmixen. Dabei das Öl langsam und nach und nach zugeben. Anschließend den Koriander untermixen und mit Salz und etwas Kreuzkümmel abschmecken. Koriander-Majo beiseitestellen. Nun den Lachs auf der Hautseite ca. 15 Minuten bei 180 Grad grillen. Lachs vom Grill nehmen und das Fleisch mit einer Gabel zerzupfen, in eine Schüssel geben und mit Salz und Limettensaft abschmecken. Die Burgerbrötchen kurz auf der Schnittseite grillen bis sie rösch sind. Dann den Burger zusammenbauen: Brötchenunterseite, Koriander-Majo, Lachs, Algensalat, Avocadospalten, Brötchenoberseite.



Rinderspieß

Roastbeef	600 g
Kirschtomaten	12 St.
Perlzwiebeln	12 St.
Blattpetersilie	2 Bund
Spieße	4-8 St.
Olivenöl	
Salz/Pfeffer	

Zubereitung:

Fleisch in 4 dicke Scheiben schneiden und dann in ca. 6 Würfel schneiden. Fleisch mit Zwiebeln und Kirschtomaten abwechselnd aufspießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend auf dem Grill bis zu einer Kerntemperatur von ca. 54 Grad grillen. Dann runternehmen und noch 2 Minuten ruhen lassen. Die Petersilie kleinschneiden und mit dem Öl fein mixen. Spieße mit dem Petersilienöl bestreichen.

Salsa

Baby Ananas	1 St.
Salatgurke	1 St.
Granatapfel	1 St.
Zwiebel	1 St.
Limette	1 St.
Kreuzkümmel	
Cayennepfeffer	
Salz	
Zucker	
Kardamom	

Zubereitung:

Gurke, Ananas und Zwiebel in möglichst feine Würfel schneiden. Granatapfelkerne hinzufügen. Das Ganze mit Limettensaft, Kreuzkümmel, Kardamom, Zucker, Salz und Chili (Cayennepfeffer) abschmecken.



Pfannenbrot

Mehl	250 g
Trockenhefe	½ TL
Zucker	½ TL
Warme Milch	100 ml
Joghurt	100 g
Salz	½ TL
Backpulver	½ TL

Zubereitung:

Hefe und Zucker in die lauwarml Milch rühren. Das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde formen und die Hefemilch hineingießen. Mit etwas Mehl vom Rand vermischen und an einem warmen Ort 10 Minuten stehen lassen.

Joghurt, Salz und Backpulver mit in die Schüssel geben und den Teig gut 5 Minuten mit den Knethaken kneten. Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und den Teig ca. 1h an einem warmen Ort gehen lassen.

Den Teig in ca. 6 gleich große Stücke teilen und Kugeln formen. Jede Kugel entweder mit den Händen (ähnlich wie eine Pizza) zu einem kleinen Fladen ziehen, der am Rand etwas dicker ist; oder klassisch auf etwas Mehl auswellen.

Eine beschichtete Pfanne sehr heiß werden lassen und das erste Naan hineingeben. Nach kurzer Zeit wenden, sobald es Blasen wirft, und von der anderen Seite backen. Vorsicht, die Brote werden schnell zu dunkel! Mit den restlichen Broten ebenso verfahren.

Joghurt-Dip

Joghurt	250 g
Schmand/Creme Fraiche	100 g
Zucker	
Salz	
Zitronensaft	
Kardamom	



Marshmallow-Bananen-Bombe

Tortilla Wraps	2 St.
Marshmallows	10 St.
Banane	2 St.
Erdnussbutter, crunchy	50 g

Zubereitung:

Wrap mit der Erdnussbutter bestreichen und mit einer Banane und ca. 5 Marshmallows belegen. Wrap einklappen, zusammenrollen und etwas andrücken. Etwa 90 Sekunden von jeder Seite bei niedriger Hitze direkt grillen, so dass der Wrap leicht angeröstet ist. Dann für weitere 5 Minuten indirekt grillen, bis der Wrap leicht kross ist.

Den fertig gegrillten Wrap schräg anschneiden und teilen. Hochkant mit etwas Erdbeeren und einem Joghurteis anrichten.

Das komplette Menü wurde vom Frankenthaler Koch Andreas Schlöder zusammengestellt und mit tatkräftiger Unterstützung von Annamaria Büchele umgesetzt.

Wir hoffen Ihr hattet Spaß beim Mitmachen und das Euch unser Menü geschmeckt!

Guten Appetit!