

Grillen im Sommer 2010
Kursleiterin Frau Margret Rahlf

REZEPTE

Dreierlei Spieße

12 Scampi, roh ohne Schale

12 feste Kirschtomaten

abspülen u. trocknen

100 g Schalotten

schälen u. abwechselnd auf leicht geölte Spieße stecken.

400 g Hähnchenbrustfilets

abspülen

1 Zucchini

waschen, in dicke Scheiben schneiden

2 Scheiben Ananas das Filet, die Zucchini und die Ananas in mundgerechte Stücke schneiden u. abwechseln auf leicht geölte Spieße stecken.

400 g Rinderfilets

in mundgerechte Stücke schneiden

4 mittelgroße Zwiebeln

schälen und vierteln

8 frische Lorbeerblätter

Filet, Zwiebeln u. den Lorbeer abwechselnd auf leicht geölte Spieße stecken

Marinade: Öl, schwarzer Pfeffer, Orangenmarmelade, 2 EL Sojasauce, Chilipulver

Steaks fernöstlich

4 EL Sojasauce, 2 EL Sherry, 2 TL Samba Oleg. 1 TL Honig, Knoblauch, verrühren und eine Marinade herstellen.

4 Hüftsteaks etwa 6 Std. marinieren, dabei ab und zu wenden,

Die Steaks aus der Marinade nehmen und trocken tupfen. Auf jeder Seite 10-12 Min. grillen, dabei immer wieder mit Marinade bestreichen.

Zu den Steaks eine Erdnussauce servieren aus 4 EL Erdnusscreme. Glattegerührt mit warmer Hühnerbrühe und mit Sojasauce und Chilipulver pikant abgeschmeckt.

Spareribs

Honig, Sojasauce u. Pfeffer, scharfer Senf verrühren und die Schälrippchen mit der Marinade bestreichen. 4 Std. zugedeckt im Kühlschrank ruhen lassen. Dann trocken tupfen und 15 – 20 Min. grillen.

Tomaten – Paprika – Sauce

250 g. Tomaten, 1 Zwiebel, 1 grüne Paprika, 1 Bd. Petersilie, 2-3 EL Tomatenketchup, Salz, Pfeffer, Zucker

Die Tomaten kochendheiß überbrühen, häuten, vierteln, dabei Stielansätze entfernen.

Tomaten durch ein Sieb streichen. Zwiebeln fein würfeln, Paprikaschote vierteln u. fein würfeln, Petersilie waschen, hacken und alles gut abschmecken.

Pikante Schafskäsecreme

200 g Frischkäse

100 g Schafskäse	fein würfeln, mit dem Frischkäse, dem Schmand und Ajvar
100g Schmand	verrühren. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken
2 EL Ajvar	den Knoblauch schälen und fein hacken
1 Knoblauchzehe	Die Käsecreme mit der Petersilie und dem Knoblauch verrühren
½ Bd. Petersilie	über Nacht durchziehen lassen