

# Filet im ital. Kräutermantel

3 Scheiben	Schinken, gekochter
400g	Mett
2 Bünd	Petersilie
1 Bünd	Schnittlauch
50g	Sahne
30g	Semmelbrösel
1 TL	Senf (Dijonsenf)
	Gewürzsalz
	Schweinenetz



## **Zubereitung:**

Schweinenetz in lauwarmes Wasser legen.

Petersilie und Schnittlauch fein hacken.

Mit den restlichen Zutaten außer dem Brät vermischen.

Das Mett zur Kräutermischung geben und gut mit einander vermengen.

Filet von Häuten entfernen (parüren), mit dem Gewürzsalz würzen und mit dem gekochten

Schinken einwickeln.

Schweinenetz gut abtropfen lassen und zu einem Rechteck auslegen.

Die Kräutermasse auf das Schweinenetz streichen, so lang und doppelt so breit wie die Größe des Schweinefilets.

Das Filet in der Mitte aufsetzen. Mit Hilfe des Netzes so einrollen, dass die Kräutermasse das

Filet völlig ummantelt. Die Enden des Netzes wie bei einer Wurst abbinden.

Den Grill vorheizen.

Im geschlossenen Grill bei ca. 160°C indirekt grillen.

Kerntemperatur ca. 64°C.

# Fish on Blank



800 g      Fischfilet  
2,5      Zitrone(n), unbehandelt  
          Salz und Pfeffer  
          Öl zum Bestreichen

Zwei unbehandelte Zedernholz Bretter (jeweils ca. 1 cm dick) mindestens eine Stunde ins Wasser legen. Dabei beschweren, damit sie richtig unter Wasser sind.



Das Lachsfilet putzen und in 4 Tranchen schneiden. Salzen, pfeffern und mit Öl bestreichen. Die Zitrone in dünne Scheiben schneiden und den Lachs damit belegen.

Einen Grill mit Deckel auf größte Hitze anheizen. Die Holz Bretter abtropfen lassen und auf den Grill legen. Den Deckel vom Grill schließen. Nach einer Minute die Bretter umdrehen, die Lachstranchen darauf legen und auf mittlere Hitze reduzieren. Den Deckel vom Grill wieder schließen.

Der Lachs wird gleichzeitig leicht geräuchert als auch gedämpft und ist nach ca. 10 - 20 Minuten gar (je nach Dicke). Die Bretter sollten dabei ankokeln - und können so lange wieder verwendet werden, wie noch "Brett" vorhanden ist.

Diese Zubereitungsart ist im amerikanischen Nordwesten sehr verbreitet. Auf Indianerfesten wird der Lachs auch auf gewässerte Bretter gebunden und dann gegen ein Lagerfeuer "gelehnt". Auf amerikanischen Kochseiten finden sich eine Vielzahl von Varianten, z.B. mariniert mit Sojasauce und braunem Zucker (sucht dann unter "planked salmon"). Als Holz eignet sich auch Erle und Apfel.

Fisch dip dazu

# Barbeque-Hähnchen

## Zutaten:

1	ganzes Hähnchen ca. 1,2 kg
60 ml	Olivenöl
2	Knoblauchzehen
2 Zweige	Rosmarin
500 ml	Bier (Starkbier)



## Zubereitung:

Als erstes das Hähnchen einölen. Nun wird das Hähnchen mit der Marinade innen sowie außen eingerieben. In die Vertiefung des Geflügelhalters das Bier einfüllen und das Hähnchen auf den Geflügelhalter setzen. Den Knoblauch mit der Hand andrücken und mit dem Rosmarin in den großen Ring legen. Indirekt ca. 60 – 80 min grillen

# Hähnchen in Curry

Hähnchen- oder Putenfilet  
Paprika rot  
Zucchini  
Lauchzwiebeln  
Broccoli (gefroren)  
Tomaten

Nach Belieben Zuckerschoten, Erbsen oder natürlich auch Sprossen

Currypaste (nach Belieben rot, gelb oder grün)  
Sojasoße  
Salz, Currypulver, Ingwer frisch oder gemahlen  
Kokosmilch  
1 Becher Creme Fraiche, Cremefine etc. nach Belieben  
frischer Knoblauch  
Tomatenmark  
Brauner Zucker

## **Zubereitung:**

Fleisch in Knoblauch, Sojasoße und etwas Currypulver ca. 3 Std vorher einlegen und anschließend in Streifen schneiden.

Alle anderen Zutaten in Mundgerechte Stücke schneiden.

Grill inkl. Grillpfanne erhitzen und einfetten (ca. 180 – 200 Grad Celsius)

Als erstes das Fleisch darin anbraten und nach und nach alle weiteren Zutaten hinzufügen. Broccoli bitte zum Schluss

Gemüse und Fleisch mit Salz würzen.

Kokosmilch und z.B. Cremefine hinzufügen sowie die Currypaste (bitte beachten Sie den Schärfegrad)

Kurz köcheln lassen.

Etwas braunen Zucker dazugeben und mit Sojasoße, Currypulver, Ingwerpulver und Salz abschmecken.

Man kann auch bei der Marinade vom Fleisch gleich frischen Ingwer verwenden. Dann bitte kein Pulver mehr nehmen.

# Gefüllte Riesen-Champignons

8	große Champignons
6	getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
1	Schalotte, klein gehackt
1	Chilischote, klein gehackt
einige Blätter	Zitronenthymian
6 EL	Pecorino, grob gerieben
	Salz
	Pfeffer
	Olivendöl

**Idee:** Fleischlos grillen

## **Zubereitung:**

Champignons putzen und Stiele herausdrehen.

Tomaten fein würfeln und mit der Schalotte, Chili und Thymian vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Masse in die Champignons füllen und mit Käse betreuen.

Von außen mit Öl einpinseln und bei mittlerer Hitze indirekt grillen, bis die Champignons schrumpelig sind und der Käse schön verlaufen ist.

# Ketchup

2 kleine	rote Zwiebeln
2 kleine	rote Paprika
2 EL	Olivenöl
500g	frische Tomate
50ml	Rotweinessig
2 EL	Zucker
	Salz
	Pfeffer

## **Zubereitung:**

Zwiebel schälen und möglichst klein hacken. Paprika waschen, putzen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel Paprika darin andünsten.

Tomaten kreuzweise einritzen, mit heißem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Die Kerne entfernen, das Fruchtfleisch klein hacken und in die Pfanne geben. Essig, Salz, Zucker und evtl. Pfeffer zugeben. In etwa 30 Min. zu einer dicken Sauce einkochen lassen evtl. pürieren.

# Ofenkartoffel mit Frischkäse und Kräutern

300g	Kartoffeln (möglichst gleich große)
2TL	Raps- oder Olivenöl
1	edelsüße Paprika
	Kümmel oder Rosmarinnadeln
	Salz, Pfeffer

## **Zubereitung Teil 1:**

Die Kartoffeln gründlich waschen und bürsten (die Schale bleibt dran). Dann die Kartoffeln der Länge nach halbieren.

Das Öl mit Salz, Pfeffer und reichlich Paprika zu einer cremigen Paste verrühren.

Die Kartoffeln ringsum mit dieser Paste einpinseln und mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.

Mit Kümmel oder Rosmasinnadeln bestreuen und bei 200°C ca. 30 Minuten backen.

1 Päckchen	Frischkäse
	frische Kräuter nach Geschmack
	etwas Knoblauch
	Salz und Pfeffer

## **Zubereitung Teil 2:**

Aus den garen Kartoffeln mit einem Löffel die Mitte herauskratzen.

Die herausgekratzte Kartoffelmasse, den Frischkäse, die Kräuter und den Knoblauch mit einer Gabel zerdrücken und vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Diese Masse in die ausgehöhlten Kartoffelhälften geben und bei 200°C backen bis die gewünschte Bräunung erreicht ist.

# Tsatsiki

1	Salatgurke
125g	Quark
1 Becher	Sauerrahm
1	Joghurt ohne Geschmack
	Knoblauch oder Knoblauchgranulat nach Geschmack
	Salz, Pfeffer

## **Zubereitung:**

Die Salatgurke gut waschen und sehr fein raspeln.

Aus der Gurkenmasse das Wasser drücken.

Nun werden die Gurkenraspel gesalzen, gleichmäßig vermengt und zum Wasser ziehen ca. 10 Min weg gestellt.

Anschließend die Gurken noch mal gut ausdrücken, sonst würde die Soße verwässert werden.

Jetzt die Gurkenraspel, den Quark, Sauerrahm und den Joghurt in eine Schüssel geben.

Den Knoblauch sehr fein hacken oder durch eine Presse geben.

Zum Schluss noch vorsichtig mit den Gewürzen abschmecken.

# Brownies

500g	Butter
4 Tassen	Zucker
8	Eier, verschlagen
2 Tassen	Mehl
1 ½ Tassen	Kakao
100g	gehackte Mandeln
100g	gemahlene Mandeln
2 Päckchen	Vanillezucker



Grill auf 175 Grad vorheizen. Eine eckige Backform (20 mal 20 cm oder kleine Springform) einfetten. Alles vermengen und 30-35min bei 170 – 175 Grad garen.