

Grill-Rezepte

Sendung vom 28. 6. 2001 mit Christiane Kopka

Schwertfisch mit Tomatensalsa / Lammchops Herbes de Provence / Honig-Senf-Marinade / Eisbombe vom Grill

Rezepte von Joachim Labudka-Winkler, Geschäftsführer der „German Barbecue Association“

Schwertfisch mit Tomatensalsa

Zutaten für 4 Personen: 4 Schwertfischsteaks, 3 Strauchtomaten, Saft von 1 Zitrone, Salz, Pfeffer, 1 El Olivenöl, 1 Knoblauchzehe, 2 Frühlingszwiebeln, 1 Chilischote, 1 Bund frischer Koriander, 1 Limone

Schwertfischsteaks mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem mit Öl eingeriebenen Grillrost bei mittlerer Hitze von beiden Seiten circa 4 Minuten grillen. Dabei mit etwas Olivenöl bepinseln. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, pellen, entkernen und in Würfel schneiden. Die Würfel in einer Schüssel mit durchgepresstem Knoblauch, feingehackten Frühlingszwiebeln, fein gewürfelter Chilischote sowie Salz und Pfeffer mischen. Zum Schluss den feingehackten Koriander unterziehen. Die Tomatenmischung zum Schwertfisch geben und mit Limonenvierteln dekorieren.

Lammchops Herbes de Provence

Zutaten: 16 kleine Lammkoteletts, Saft von 1 Zitrone, 100 ml Olivenöl, 1 Bd. glatte Petersilie, 2 El Oregano, 2 El Rosmarin, 2 El Thymian, 2 El Minze (alle Kräuter frisch und fein gehackt), Salz, weißer Pfeffer

Lammkoteletts auf ein Backblech legen. Zitronensaft und Olivenöl gut vermengen, die gehackten Kräuter dazugeben. Über das Lammfleisch verteilen, wenden und auch die Rückseite einstreichen. Zugedeckt etwa 20 Minuten marinieren. Den Grill vorheizen und die Koteletts von jeder Seite 2 - 4 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Mit Salz und weißem Pfeffer würzen.

Honig-Senf-Marinade

Zutaten: 4 EL grobkörniger Senf, 3 EL Honig, 2 Knoblauchzehen, 100 ml Geflügelbrühe, 2 EL frischer Rosmarin, Salz, Pfeffer

Senf, Honig, durchgepresste Knoblauchzehen, kalte Geflügelbrühe und feingehackten Rosmarin gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch – am besten Geflügel – zugedeckt 30 Minuten darin marinieren.

Eisbombe vom Grill

Zutaten für 1 Person: 1 kleiner Biskuitboden, 1 Kugel Vanilleeis (fertig gekauft), frische Himbeeren, 15 g Eiweiß, 300 g Zucker, 1 Spritzer Zitronensaft, 1 Prise Salz

Aus Eiweiß, Zucker, Salz und Zitronensaft mit dem Rührgerät einen steifen Eischnee (Baisermasse) herstellen. Den Biskuitboden mit Vanilleeis belegen. Schnell mit Himbeeren umlegen und mit dem Eischnee zustreichen. Im ganz heißen Grill bei etwa 230 Grad bei indirekter Grillmethode mit Deckel circa 10 Minuten grillen, so dass die Baisermasse fest wird und leicht gebräunt ist. Sie bildet eine Isolierschicht um das Eis. Für die spektakuläre Eisbombe benötigt man einen Kugel-Grill und eine Menge Fingerspitzengefühl. Sie gelingt wahrscheinlich nicht gleich beim ersten Mal.

Weitere Rezepte und Grill-Tipps gibt's in der Grillbroschüre der German Barbecue Association, die für 2 DM (plus Porto) bei Joachim Labudka-Winkler, Otto-Maurer-Str. 32, 75210 Keltern, Telefon: 07236-2733, Fax 07236/980544, bestellt werden kann.

Oder im Internet: www.gbaev.de.