

Anfeuern, fertig, los!

Vom richtigen Anzünden über praktisches Werkzeug bis zur perfekten Garstufe: Wir haben 50 Tipps für Freiluftköche zusammengestellt. Damit das Essen vom Grill gelingt.

— Text **Michael Lütcher** Illustrationen **Wong Chi Lui**



-1- ANZÜNDEN

Lange Zündhölzer verhindern, dass man sich die Finger verbrennt. Und Anzündwolle wirkt besser als Zeitungspapier, weil sie länger brennt. Brandbeschleuniger dagegen stinken und sind gefährlich. Darum darauf verzichten. Es gibt zwei Geräte, die das Entfachen eines Feuers beschleunigen und den Rauch reduzieren: den Anzündkamin und den elektrischen Grillanzünder.



-3- BRIKETTS

Weil sie dichter als Holzkohle sind, brennen sie länger und erzeugen mehr Hitze. Nützlich, um einen Braten oder dichtes Gemüse wie beispielsweise ganze Randen zu garen.



-2- ANZÜNDKAMIN

Das Rohr aus gelochtem Blech lässt Holzkohle und Briketts innerhalb kürzester Zeit erglühen. Dem Kamineffekt sei Dank. Man legt Anzündwolle auf das Gitter im Kamin, leert die Kohle oder Briketts darauf und stellt den Anzündkamin auf den Bodenrost des Grills, wobei man ein paar zerknüllte Zeitungsseiten darunterlegt und diese anzündet.

-4- BRAND-VERHÜTUNG

Die Beratungsstelle für Brandverhütung hat ein Merkblatt mit Tipps für sicheres Grillieren herausgegeben.
www.bfb-cipi.ch



-5- BÜRSTE

Stählerne Borsten sind unverzichtbar, um den Rost von Fett und Russ zu säubern.

-9- ELEKTRO-GRILL

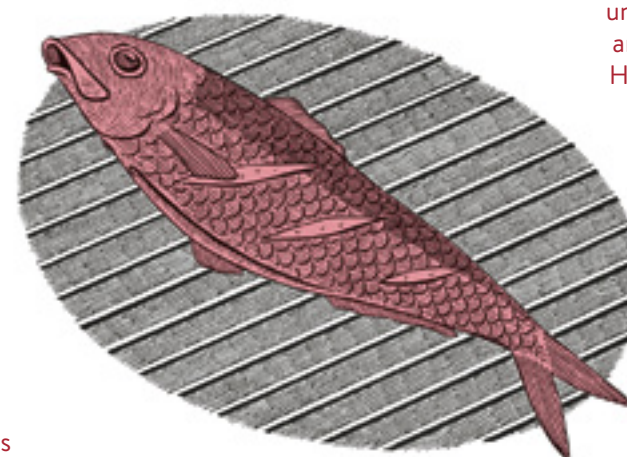
Der Backofen bietet die klimafreundlichste Art des Grillierens: Unter der glühenden Grillschlange lässt sich ein Steak, Lauch oder eine Aubergine braten. Beim Fleisch darauf achten, dass die Ofentür einen Spalt weit offen bleibt, damit die Feuchtigkeit entweichen kann (sonst wird es wässrig).

-11- FETT

Der Stoff, der für saftiges Fleisch sorgt. Nur Fleisch, das einen gewissen Fettanteil hat, lohnt sich zu grillieren. Mageres Fleisch trocknet aus.

-7- DIREKT GRILLIEREN

Die Grillmethode für rasch garende Stücke, also beispielsweise Peperoni, Fisch, Steak oder Wurst: direkt über der Glut.



-12- FISCH

Fische eignen sich prima, um ganz gebraten zu werden – Felchen, Forellen, Saiblinge ebenso wie Doraden oder Sardinen. Damit sie nicht auf dem Rost kleben bleiben, Wendebräter verwenden. Fischfilets nur einseitig (etwa auf einem heißen Stein oder zuvor gewässerten Brett), und zwar auf der Haut braten, damit sie nicht zerfallen.

-6- CHEMINÉE

Die Feuerstelle im Haus ist dazu prädestiniert, um Raclette auf die uralte Art zu schmelzen – von einem halben Käseleib.

-8- EIMER

Wasser für den Notfall sollte bei jedem Grill bereitstehen. Siehe Brandverhütung.



-10- ELEKTRISCHER GRILLANZÜNDER

Looftlighter heisst das Instrument, das eine Mischung aus Zigarettenanzünder und Föhn ist. Es wird am Strom angeschlossen und hilft, Holz, Holzkohle oder Briketts innert Kürze lichterloh brennen zu lassen und damit Qualm zu vermeiden.

-13- FLAMMEN

Generell sollte man über der Glut und nicht über den Flammen grillieren. Sonst verbrennt das Grillgut. Tropft aber Fett in die Glut, sind einzelne Flammen meist unvermeidlich. Massnahme: Fleischstück oder Wurst dann in einen Bereich des Grills ziehen, wo keine Flamme lodert.

-14- GABEL

Die braucht man zum Essen. Auf dem Grill hat sie nichts zu suchen. Sticht man in ein Stück Fleisch oder in eine Wurst, um sie zu wenden, läuft Saft oder Fett aus, was dem Feuer Nahrung gibt, aber das Grillgut verdorren lässt. Darum: die Grillzange nehmen.

-17- GARSTUFE

Die zentrale Frage beim Grillieren – sie ist am schwierigsten zu beantworten. Simpel ist die Antwort bei Geflügel, den meisten Fischen und Würsten: Sie müssen aus hygienischen Gründen durchgebraten sein. Rotes Fleisch darf je nach Qualität rosa bleiben. Dabei hilft der Handballentest. Den Handballen abtasten, während man die Fingerspitzen gegen die Kuppe des Daumens hält. Beim Zeigefinger fühlt sich der Daumenballen wie rohes, beim Mittelfinger wie kurz gebratenes, blutiges (medium rare), beim Ringfinger wie rosa (medium) und beim kleinen Finger wie durchgebratenes Fleisch (well-done) an.



-19- GRILLZANGE

Das Instrument, mit dem man Steaks, Würste und Gemüse wendet.



-16- GEMÜSE

Eignet sich hervorragend zum Grillieren. Am besten als Ganzes. Das Äussere verkohlt zwar, aber es wird so zu einer Art Deckel. Folge: Das Gemüse schmort in seinem eigenen Saft. Dadurch schmeckt es so aromatisch wie nie sonst. Nach dem Grillieren die verbrannte Aussenhaut abschaben oder das Innere herauslösen. Besonders gut geeignet sind: Auberginen, Blumenkohl, Lauch, Peperoni, Randen, Sellerie, Zucchini oder Zwiebeln.

-18- GLUT

Sie ist die Voraussetzung, um ein Stück Fleisch, eine Wurst oder Gemüse zu grillieren. Kartoffeln, Randen oder Zwiebeln kann man in die Glut legen, um sie zu garen. Auch Steaks lassen sich so braten – man muss sie in die mit Asche überzogene Glut drücken, damit kein Sauerstoff zwischen Kohlestücke und Fleisch kommt.

-21- GRUBE

Eine besonders aufwendige und uralte Art des Grillierens, geeignet, um ein Lamm oder ein Ferkel zu garen. Die Anleitung in groben Zügen: Eine Grube graben, mit Steinen auskleiden, darin ein grosses Feuer entfachen und niederbrennen lassen, Grillgut hineinlegen und mit Wellblech und Erde darüber zudecken. 8 bis 12 Stunden garen lassen.



-20- GRILLMUSTER

Damit ein grilliertes Stück Fleisch ein Karomuster wie im Kochbuch erhält, brät man es am besten in einer gusseisernen Grillpfanne. Steak nach der Hälfte der Grillzeit (pro Seite) um 90 Grad drehen. Dies auf der anderen Seite wiederholen. Sonst nicht bewegen!



-22- HANDSCHUHE

Unverzichtbares Utensil, um sich im Umgang mit dem Grill nicht die Finger zu verbrennen.

-15- GAS

Wer sich das Prozedere des Anfeuerns und das Warten auf die Bildung der Glut oder Ärger mit den Nachbarn wegen der Rauchentwicklung ersparen will, befeuert seinen Grill mit Gas.

-23- HEISSER STEIN

Ein im Feuer erhitzter Stein eignet sich prima, um Fischfilets zu braten. Stein an den Rand des Feuers ziehen, Filets darauflegen und warten, bis sie gar sind.

-25- HOLZCHIPS

Werden beim stundenlangen Garen in einem Smoker verwendet, um ein spezifisches Aroma zu erzeugen. Eine Wissenschaft für sich.



-26- HOLZKOHLE

Der ideale Brennstoff für einen mobilen Grill. Je grösser die Kohlestücke sind, desto mehr Hitze und weniger Rauch erzeugen sie, und desto länger brennen sie.



-27- INDIREKT GRILLIEREN

Das Grillgut liegt nicht direkt über dem Feuer, sondern über einer Schale mit etwas Wasser, die heruntertropfen des Fett auffängt. Die Glut ist seitlich der Schale angeordnet und liefert somit indirekt Hitze. Unabdingbar ist ein Deckel, der die Hitze auffängt und den Grill zum Ofen macht. Auf diese Weise kann man einen Braten grillieren.

-30- KUGELGRILL

Der einfache Allzweckgrill. Der Deckel ermöglicht indirektes Grillieren von bis zu drei Stunden Dauer.



-24- HOLZ

Der ideale Brennstoff, wenn man eine grosse Feuerstelle im Freien oder mit einem guten Abzug hat.

-28- INNEREIEN

Leber und Nieren vom Kalb oder ein Rinderherz lassen sich bestens grillieren und schmecken mit Raucharoma sehr fein.

-29- KERAMIKGRILL

Die Luxusausführung des Kugelgrills. Die dicken Wände speichern die Hitze und machen den Grill zu einem veritablen Ofen, in dem sich eine Pizza backen oder eine Schweineschulter stundenlang smoken lässt.

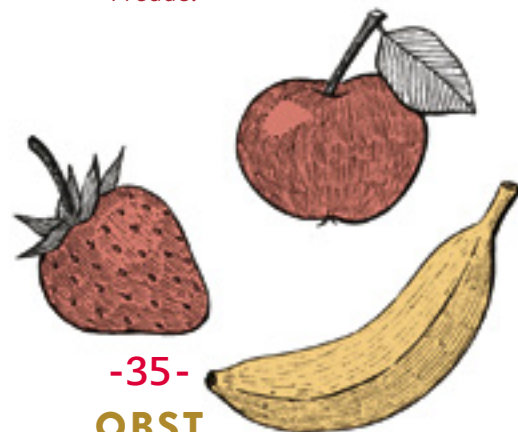
-31- KREBS

Wenn Fett ins Feuer tropft, entsteht der krebserregende Stoff Benzpyren, der hochsteigt und sich auf dem Grillgut niederschlägt.



**-32-
KNOCHEN**

An jenen Stellen, an denen das Fleisch am Knochen hängt, braucht es länger, um gar zu werden. Das Abnagen bereitet manchen eine besondere Freude.



**-35-
OBST**

Äpfel, Bananen, Pfirsiche und auch Erdbeeren werden über der Hitze sehr aromatisch.

**-38-
RAUCH**

Qualm lässt sich durch zwei Massnahmen vermindern: durch schnelles Anzünden (mit Hilfe eines Anzündkamins oder eines elektrischen Grillanzünders) und den Verzicht auf das Grillieren von ölig marinierten Steaks sowie von groben, fetten Würsten über dem offenen Feuer. Zum Aromatisieren des Grillgutes reichen die Ausdünstungen der Glut.



**-34-
MARINADE**

Zu bestimmten Grillgerichten wie dem Schaschlik gehört sie wie das Feuer. Einige Stunden in einer Marinade geben dem Fleisch ein reicheres Aroma. Achtung: Ölhaltige Marinade an Stücken, die direkt über dem Feuer grilliert werden, kann zum Brandbeschleuniger werden.

**-36-
PINSEL**

Den braucht's, falls man beispielsweise Spareribs oder einen Braten während des Grillierens mit Marinade befeuchten möchte.

**-37-
PLANKEN-
GRILLIEREN**

Indianisch inspiriert ist die Technik, Fischtranchen oder -filets auf einem zuvor gewässerten Brett auf dem Rost zu grillieren. Dadurch wird der Fisch gedämpft, erhält aber zugleich Röstaromen. Als Holz eignet sich insbesondere unbehandelte Zeder.

**-39-
REINIGEN**

Den Rost putzt man am besten gleich nach dem Grillieren mit einer Stahlbürste, wenn er noch heiss ist. Kohle, Russ und Fett lassen sich so einfacher entfernen. Für gründlicheres Säubern: den Stahlrost mit warmem Wasser, Seife und einem Haushaltschwamm reinigen.

**-40-
RESTEN**

Fleisch, Fisch und Gemüse vom Grill kann oft kalt genossen werden.

**-41-
ROST**

Damit das Grillgut möglichst nicht auf den Metallstäben kleben bleibt, diese mit einer halbierten Zwiebel einreiben.

Für Tsch-Tsch-Tschauseppe.



Offizielle Partner:



Für mich und dich. Und Giuseppe.



-43- RUB

Eine trockene Marinade aus Gewürzen und Kräutern eignet sich sowohl zum Einreiben von Fleischstücken, die lange gegart werden, wie auch von solchen, die direkt über der Glut gebraten werden.



-46- SPIESS

Damit wird Kebab (Hackfleisch) oder Schaschlik (mundgerechte Fleischstücke) gebraten. Universell betrachtet, ist der Spiess vermutlich ein ebenso häufig verwendetes Mittel zum Grillieren wie ein Rost.

-42- RÖSTAROMEN

Bei Temperaturen zwischen 140 und 180 Grad entsteht die sogenannte Maillard-Reaktion, welche für die Bräunung der Oberfläche des Grillguts und für das angenehme Röstaroma sorgt.

-44- SCHALE

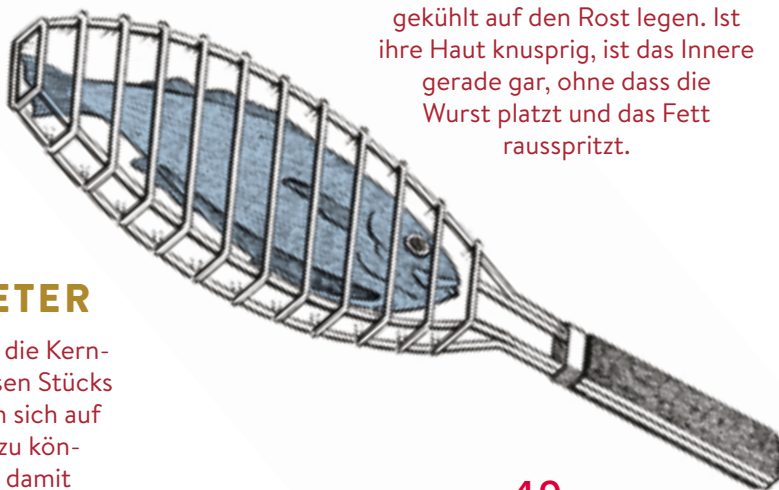
Sei es aus Aluminium oder Blech – es braucht sie beim indirekten Grillieren, um tropfendes Fett aufzufangen.

-45- SMOKEN

Langsames Garen eines Stücks Fleisch im heissen Rauch. Dafür braucht es einen Keramikgrill oder einen speziellen Smoker.

-48- TIEF- GEFRORENES

Rechtzeitig auftauen. Die Ausnahme: dünne Bratwürste tiefgekühlt auf den Rost legen. Ist ihre Haut knusprig, ist das Innere gerade gar, ohne dass die Wurst platzt und das Fett rausspritzt.



-47- THERMOMETER

Kann nützlich sein, um die Kerntemperatur eines grossen Stücks Fleisch zu messen. Um sich auf ein Gerät verlassen zu können, muss man sich damit zuerst vertraut machen.

-50- ZWEI- ZONEN-HITZE

Eine sinnvolle Massnahme, um ein Steak ruhen zu lassen. Dazu schiebt man vor dem Auflegen des Rostes die Glut im Bauch des Grills auf eine Seite.

Die andere bleibt leer. Nachdem das Fleisch über der Hitze grilliert worden ist, zieht man es auf dem Rost in die glutfreie Zone.

-49- WENDEBRÄTER

Fische in dieses Gitter-Sandwich zu klemmen und dieses dann zu wenden, ist einfacher, als den Fisch vom Rost zu kratzen.

GRILL-LITERATUR

Meathead Goldwyn, «Die Wissenschaft des Grillens», Riva, 42.50 Fr.

Jamie Purviance, «Weber's Grillbibel», GU, 35.90 Fr.