

Veronika Pichl



Soßen, Dips und Marinaden **ZUM GRILLEN**

50 Rezepte für Ketchup, Rubs, Chutneys, Pesto und mehr



riva

Veronika Pichl

***Soßen, Dips und
Marinaden***
**ZUM GRILLENZUM
GRILLEN**

**50 Rezepte für Ketchup, Rubs,
Chutneys, Pesto und mehr**

riva

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen

info@rivaverlag.de

Wichtiger Hinweis

Ausschließlich zum Zweck der besseren Lesbarkeit wurde auf eine genderspezifische Schreibweise sowie eine Mehrfachbezeichnung verzichtet. Alle personenbezogenen Bezeichnungen sind somit geschlechtsneutral zu verstehen.

Originalausgabe

2. Auflage 2022

© 2022 by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Stephanie Kaiser-Dauer

Umschlaggestaltung: Sonja Vallant

Umschlagabbildungen: Shutterstock.com: Vorderseite: primopiano, KarinaKlachuk, Liliya Kandrashovich, stockcreations, Rückseite: irina2511, HandmadePictures, Kiian Oksana

Satz: inpunkt[w]o, Haiger (www.inpunktwo.de)

eBook: ePUBoo.com

ISBN Print 978-3-7423-2027-8

ISBN E-Book (PDF) 978-3-7453-1774-9

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-7453-1775-6



Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

www.rivaverlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de

Inhalt

Grillsoßen, Marinaden und Co. - einfach selbst gemacht
Hinweise für die Rezepte in diesem Buch

Marinaden

Paprikamarinade
Kräutermarinade
Knoblauch-Rosmarin-Marinade
Biermarinade
Asia-Marinade
Honig-Senf-Marinade
Zwiebel-Petersilien-Marinade

Rubs

BBQ-Basis-Rub
Kaffee-Rub
Arizona-Rub
Fisch-Rub »Old Bay Seasoning«
Rosmarin-Rub
Steak-and-Chicken-Rub
Magic-Dust-Rub
Toskana-Rub

Grillsoßen

Knoblauchsoße
Tomatensoße

BBQ-Soße
Honig-Senf-Soße
Joghurt-Minz-Soße
Paprikasoße
Currysoße mit Ananasstücken
Cremige Burger-Soße
Burger-Soße mit Stückchen
Käsesoße
Weißer Kräutersoße
Chimichurri
Sweet-Chili-Soße
Feurige Chilisoße
Bacon-BBQ-Soße
Heidelbeersoße
BBQ-Whiskey-Soße
Bier-Grillsoße
Dattel-Grillsoße
Mango-Curry-Soße
BBQ-Soße aus passierten Tomaten
Erdnuss-Soße

Ketchup und Senf

Tomatenketchup
Curryketchup
Feigensenf
Mango-Chili-Senf

Dips, Salsas und Pesto

Honig-Senf-Dip
Tsatsiki
Feta-Creme
Ajvar
Hummus
Sour Cream
Curry-Bananen-Dip

Curry-Ananas-Dip
Tomatensalsa
Basilikumpesto
Bärlauchpesto

Chutneys und Relishes

Buntes Paprika-Relish
Mediterranes Chutney
Gurken-Relish
Mango-Chutney
Rote-Zwiebel-Chutney
Apfel-Birnen-Chutney

Bonusmaterial zum Buch
Über die Autorin

Grillsoßen, Marinaden und Co. - einfach selbst gemacht

Ganz gleich, ob vegan, vegetarisch oder mit Fisch und Fleisch - zu Gegrilltem oder Gebratenem gehören eine leckere Soße und passende Würze einfach dazu. Schließlich unterstreichen Soßen, Marinaden oder Rubs mit Gewürzen aus aller Welt und unterschiedlichsten Aromen den Geschmack vieler Gerichte und runden ihn gekonnt ab. Häufig sind in Fertigprodukten jedoch zu viel Salz und künstliche Zusatzstoffe und meist keine hochwertigen Öle enthalten. Grund genug, sich statt für die »Standardvariante« aus dem Supermarkt für eine selbst gemachte Version zu entscheiden. Statt mit Glutamat und anderen unerwünschten Zusätzen lassen sich Marinaden, Soßen und Co. nämlich aus guten, natürlichen Zutaten und echten Kräutern ganz einfach selbst herstellen.



Lassen Sie sich von den vielfältigen Rezepten in diesem Buch inspirieren und experimentieren Sie nach Herzenslust und persönlichem Geschmack. Soßen, Dips und Chutneys schmecken nicht nur zu Gegrilltem, auch zu Fondue und Raclette sind sie leckere Begleiter. Pikant, klassisch, exotisch

oder feurig scharf - hier ist für jeden etwas dabei. So wird die nächste Grillfeier ein echter Genuss!

Hinweise für die Rezepte in diesem Buch

Die Rezepte in diesem Buch sind verschiedenen Kategorien zugeordnet, damit Sie immer sofort erkennen können, welches Gericht vegetarisch, vegan oder glutenfrei ist. Mit den folgenden Symbolen sind sie übersichtlich gekennzeichnet:



vegetarisch



vegan



glutenfrei

Marinaden



Mit Marinaden haften Gewürze und Kräuter besonders gut am Grillgut. So bekommen Fleisch, Geflügel, Fisch, Gemüse oder Grillkäse ein besonderes Aroma und werden schön zart und saftig.

Marinaden – mehr als nur
Geschmacksgeber

Marinaden dienten ursprünglich dazu, Speisen länger haltbar zu machen. Sie bestanden in ihrer »Urform« lediglich aus Salzwasser. Heute hingegen haben Marinaden

eine andere Aufgabe. Es handelt sich bei ihnen nämlich um Flüssigkeiten zum Einlegen und Würzen von Grill- oder Bratgut, die vor allem auch die Konsistenz von Fleisch positiv beeinflussen. Die darin enthaltene Säure sorgt beispielsweise dafür, dass sich die Struktur des eingelegten Fleisches verändert und es zarter wird.

Die Hauptkomponenten einer Grillmarinade sind:

- hitzebeständiges Öl, z. B. Raps- oder Sonnenblumenöl
- Säure, z. B. Essig, Zitronen- oder Limettensaft
- Kräuter, Gewürze, Knoblauch, Zwiebeln, Ingwer etc. nach Belieben
- Süße (optional), z. B. dunkler Rohrzucker, Honig, Zuckerrübensirup



Tipps und Tricks zum Marinieren

- Das Grillgut sollte großzügig mit der Marinade bepinselt oder darin eingelegt werden.
- Geben Sie die marinierten Lebensmittel in ein säurefestes, luftdicht verschließbares Gefäß aus Glas, Plastik oder Keramik. Verwenden Sie keine Aluminiumschalen oder Metallgefäße, da die

Grillmarinade damit reagieren und den Geschmack beeinträchtigen kann. Grundsätzlich eignen sich auch verschließbare Gefrierbeutel sehr gut.

- Bei einer Marinierzeit von mehr als einer Stunde sollte das Grillgut abgedeckt in den Kühlschrank gestellt werden. Immer ca. 30 Minuten vor dem Grillen wieder herausnehmen, damit es beim Grillen Zimmertemperatur hat.

Empfohlene Marinierzeiten

Zarte Gemüsesorten (Zucchini, Tomaten etc.)	mind. 30 Minuten
Feste Gemüsesorten (Kartoffeln)	1-3 Stunden
Fischfilets, Meeresfrüchte, Fleischwürfel für Spieße	mind. 30 Minuten
Hähnchenbrust, dünnere Fleischstücke ohne Knochen wie z. B. Steak, Schweinelende	1-3 Stunden
Ganzes Hähnchen, dickere Fleischstücke mit und ohne Knochen wie Rinderbraten, Lammkeule	3-6 Stunden
Große Fleischstücke wie Spareribs, Schweineschulter	6-12 Stunden

Fleisch kann man in der Marinade ruhig über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen. Je länger es eingelegt ist, desto besser nimmt das Fleisch den Geschmack der Marinade an.

