

MICHAEL GERHARDY

# Grillen für KERLE



riva

Die besten BBQ-Rezepte für Männer

**MICHAEL GERHARDY**

**Grillen für  
Kerle**

**MICHAEL GERHARDY**

# **Grillen für KERLE**

**Die besten BBQ-Rezepte für Männer**

**riva**



# INHALT

**DAS ULTIMATIVE GRILLBUCH  
FÜR WAHRE GRILLMEISTER! 7**

**GRILLEQUIPMENT 8**

**DIE HITZEZONEN 14**

**ZUBEHÖR 15**

**NICE TO HAVE – NÜTZLICHE HELFER 19**

**FINGERFOOD 22**

Gefüllte Jalapeños 24

Blätterteigstangen 26

Moink Balls 28

Grillbrot 30

Knoblauchbaguette 32

Schnelles Flammkuchen-Brot 34

Pizzabrötchen 36

ShotGun Shells 38

Bratwurst-Brötchen mal anders 40

Bruschetta 42

Nacho-Pfanne 44

Laugen-Käse-Stangen 46

Feta-Sticks 48

Bratwurst-Bonbons 50

**RIND, SCHWEIN, GEFLÜGEL, FISCH 52**

Steak »Caveman Style« 54

Frühstücks-Pizza 56

Garnelenspieße 58

RoadKill Chicken 60

Onion Burger 62

Rouladen-Pinwheels 64

Kumpir	66
Asiatisch mariniertes Flanksteak	68
BLT-Sandwich	70
»3-2-1«-Ribs	72
Fruchtige Hähnchenspieße	74
Rumpsteak mit Chimichurri	76
Rostbratwurst-Burger	78
Schweinelende im Speckmantel	80
Köfte-Spieße	82
Pollo-Fino-Burger	84
Bier-Bratwurst mit Zwiebeln	86
Chicken Drumsticks	88
Seeteufel	90
Gefüllte Buns	92
Juicy-Lucy-Burger	94
Schnelles Schinken-Käse-Sandwich	96
Beer-Can-Burger	98
Pulled-Lachs-Bagels	100
TexMex-Burger	102
Schweinespieße	104
California Hot Dog	106

## **VEGETARISCHES** **108**

Gemüsespieße	110
Gefüllte Champignons	112
Zucchini-Päckchen	114
Gebackene Auberginen	116
Pilz-Salat	118
Burger mit Tofu und Gemüse	120
Blumenkohl-Steaks	122
Hasselback-Kartoffeln	124
Gegrillte Champignonspieße	126

## **RUBS UND SOSSEN** **128**

Magic Dust Rub	130
Dalmatiner Rub	131
Burger-Soße	132
BBQ-Soße	133
Chicken Rub	134





## DESSERTS

136

Brownies	138
S'Mores	140
Apfelringe in Blätterteig	142
French Rolls	144
Bananen mit Schoko	146
Grilled Bread Pudding	148
Gegrillte Grapefruit	150
Gegrillte Erdbeeren	152
Gegrillte Tarte	154
Smoked Cheesecake	156

## ZUTATENREGISTER

158

# Das ultimative Grillbuch für wahre Grillmeister!

Gemütliche Grillabende auf dem Balkon, Wintergrillen mit wärmender Holzkohle oder sommerliches Barbecue mit Freunden und Familie: Grillen ist ein wahres Lebensgefühl – besonders für echte Kerle. Dieses Grillbuch enthält eine vielfältige Auswahl an Rezepten für jeden Geschmack.

Alle Rezepte, von echten Klassikern bis zu Trendthemen, sind neu interpretiert und bieten das gewisse Etwas. Mit dem leckeren Fingerfood, wie etwa den gefüllten Jalapeños, wird jede Party zum Erfolg. Saftige Steaks, würzige Burger

und Fischgerichte dürfen natürlich nicht fehlen. Und auch für Kerle, die nicht immer Fleisch wollen, ist in dem Kapitel »Vegetarisches« für leckere Abwechslung gesorgt. Für den süßen Zahn liefert das Dessertkapitel das Passende. Durch einfache Schritt-für-Schritt-Anleitungen werden auch Grillanfänger ohne Probleme zum Meister am Grill. Also, los geht's!

Viel Spaß am und um den Grill wünscht dir

Michael Gerhardy

# Grillequipment

Dieses Grillbuch bietet eine vielfältige Auswahl an Rezepten für jeden Geschmack. Von der Verwendung von klassischen Holzkohlegrills über Gasgrills bis hin zu modernen Elektrogrills findest du hier Rezepte, die zum großen Teil unabhängig von den jeweiligen Grillgerätetypen sind. Generell sind wohl Kugelgrill, Gasgrill und Keramikgrill eine gute Wahl für die Rezepte, da dort ohne Probleme direkte und indirekte Hitzezonen eingerichtet werden können. Möchte man andere Grillgeräte einsetzen, sollte man erst prüfen, ob die angegebenen Hitzezonen umgesetzt werden können – so sind z. B. Gerichte, bei denen man einen indirekten Bereich mit geschlossenem Deckel benötigt, bei Feuerplatten nicht so einfach bis gar nicht umsetzbar.

## Übersicht einiger Grillgerätetypen

Welchen Grill brauche ich? Grille ich lieber auf Holz oder mit Gas? Und welches Grillgerät würde ich am liebsten benutzen? Diese Fragen muss jeder ganz individuell beantworten und die Antwort hängt sehr von den persönlichen Vorlieben, dem Geldbeutel und möglichen Aufstellorten ab. Damit die Entscheidung etwas leichter fällt, folgt hier eine Auflistung einiger bekannter Grillgerätearten mit deren Vor- und Nachteilen.

### Gasgrill

Der Gasgrill bietet gegenüber dem Kugelgrill einiges an Komfort. Hier

entfällt das Anzünden des Holzes bzw. der Kohle und man kann ohne große Vorbereitung mit dem Grillen starten. Einfach die Gasflasche aufdrehen, die gewünschten Grillzonen aktivieren und den Zündknopf drücken – schon kann das Grillen beginnen. Auch wenn die Brenner im Gasgrill schnell gezündet sind, sollte man den Gasgrill 5–10 Minuten vorheizen, bis man das Grillgut auflegt.

**Wichtiger Hinweis:** Bevor die Gasflasche aufgedreht und der Brenner gezündet wird, muss unbedingt der Deckel geöffnet sein.

Die Temperaturregelung erfolgt beim Gasgrill durch die äußeren Bedienelemente und dadurch lässt sich die gewünschte Temperatur schnell erhöhen oder senken. Je nach Ausstattung gibt es aktuelle Gasgrills auch mit einem Seitenbrenner, auf dem Pfannen und Töpfe verwendet werden können, oder mit einem Backburner. Beim Backburner bzw. Heckbrenner erfolgt die Hitzeeinstrahlung vertikal von hinten und in Verbindung mit einem Drehspieß wird so das Grillgut von allen Seiten gleichmäßig gegart.

Diese zusätzlichen Features schlagen sich in der Regel auch im Preis nieder. Gasgrills kosten – je nach Größe und Ausstattung – im Allgemeinen mehr als Kugelgrills. Dieses Mehr an Komfort wird durch mehr Technik erzielt und somit ist der Gasgrill auch störungsanfälliger als ein einfacher Kugelgrill.



## Grillequipment

Ein weiterer Nachteil des Gasgrills ist, dass das Gas geruchlos verbrennt und somit nicht zu den typischen Raucharomen beiträgt. Abhilfe können hier aber separate Räucherboxen schaffen, die mit Holzspänen oder Holzchips gefüllt werden können und direkt auf einem Brenner platziert werden.

Nicht zuletzt sind Gasgrillgeräte durch ihre Bauart und Konstruktion in der Regel auch größer als Grills mit vergleichbarer Grillfläche.

### Kugelgrill

Der Kugelgrill ist wohl die populärste und bekannteste Grillbauweise in der Welt und für viele die einzig wahre Form des Grillens. Sein typisches Aussehen erhält er durch eine halbrunde Feuerschale unten und einen halbrunden Deckel oben.

Durch den Deckel verteilt sich die Hitze im Inneren gleichmäßig und bleibt einigermaßen konstant. Nebenher fungiert der Deckel als Windschutz und verhindert ein Absinken der Temperatur. Die Temperatur wird hier über Lüftungsöffnungen in der Feuerschale und/oder im Deckel geregelt.

Im Prinzip sind mit einem Kugelgrill alle Arten des Grillens möglich. Ob direktes oder indirektes Grillen – hier kann von einfachen Würstchen über Steaks bis hin zur Pizza alles zubereitet werden.

Den Kugelgrill gibt es in verschiedensten Ausführungen und Maßen – und gerade zur Grillsaison findet man in vielen Garten- und Baumärkten für jeden Geldbeutel ein passendes Gerät. Durch seine kompakte und einfache Bauweise eignet sich der Kugelgrill auch für Grillplätze mit wenig Fläche.



## Grillen für Kerle

### Klassischer Smoker

Das ist vielleicht die ursprünglichste Form des Grillens oder Barbecues, wenn man sich ein Grillevent vorstellt. Mit dem Smoker kann man so ziemlich alles machen, was man sich im Grillbereich denken kann. Bei jeder Temperatur grillen, backen und räuchern – was will man mehr.

Haupteinsatzgebiet ist aber das Zubereiten bzw. Garen von Grillgut über viele Stunden hinweg. Im Wesentlichen besteht ein Smoker aus dem Garraum und einer seitlich angebrachten Feuerbox. Die heiße und rauchige Luft wird durch die Garkammer mit dem Grillgut geleitet und zieht über einen Kamin ab. Über Lüftungsklappen steuert man die Temperatur und die Rauchbildung. Je mehr die Klappen geschlossen sind, umso weniger

Sauerstoff steht zur Verbrennung zur Verfügung, und das bedeutet weniger Hitze und mehr Rauch. Sind die Klappen offen, gelangt mehr Sauerstoff in die Feuerbox und die Hitze steigt, dadurch entsteht aber auch weniger Rauch.

Je nachdem, welches Holz man für das Feuer verwendet, kann man den Rauchgeschmack beeinflussen. Fruchthige Hölzer wie Apfel und Kirsche erzeugen eher ein dezentes Aroma, wohingegen Eiche, Buche und Hickory intensiveren Rauchgeschmack verleihen.

### Pellet-Grill / Pellet-Smoker

In den letzten Jahren sind Grillgeräte, die mit Pellets betrieben werden, immer beliebter geworden. Das Prinzip dabei



## Grillequipment

ist relativ einfach: Die Pellets werden aus einem Vorratsbehälter mittels einer Schnecke an eine Brennstelle im Garraum befördert und dort gezündet bzw. verbrannt. Dabei regelt eine Elektronik über die vorgegebene Temperatur die Fördergeschwindigkeit der Pellets. Dadurch bleibt die Temperatur konstant oder lässt sich schnell nach oben oder unten anpassen.

Durch die unterschiedlichen Arten von Holzpellets (Apfel, Kirsche, Buche ...) kann man das Raucharoma je nach Geschmack variieren.

Im Prinzip gleicht der Pellet-Smoker einem klassischen Smoker, er vereinfacht und automatisiert aber die Temperaturregelung. Nachteilig ist, dass man für die Elektronik eine Steckdose in der Nähe braucht.

### Keramikgrill

Der Keramikgrill ist so etwas wie der Allrounder unter den Grills: Er vereint Smoker, Backofen und Kohlegrill in einem. Ob direktes oder indirektes Grillen, beides stellt für den Keramikgrill keine Herausforderung dar. Besonders bei sogenannten »Long Jobs« spielt der Grill seine Vorteile aus. Das erreicht er durch seinen Aufbau und die verwendeten Materialien. Der Grillkörper besteht aus Ton oder Keramik und im unteren Teil wird die Holzkohle verteilt und angezündet. Über einen unteren regulierbaren Lufteinlass und einen regulierbaren Luftaustritt im Deckel kann man die Temperatur ziemlich genau einregeln.

Für das direkte Grillen legt man einen Grillrost über die Holzkohle. Für das indirekte Grillen muss man die Glut noch



## Grillen für Kerle

abschotten, dies geschieht über einen Deflektorstein. Der Rost kommt dann über den Deflektorstein. Durch die dicken Keramikwände und die darin gespeicherte Wärme kann über einen langen Zeitraum die Temperatur im Inneren konstant und mit wenig Kohle gehalten werden. So sind Garzeiten von bis zu 20 Stunden möglich. Nachteil daran ist, dass die Keramikwände erst aufgeheizt werden müssen, was zu einer etwas längeren Anlaufphase führt, bevor gegrillt werden kann.

Der weite Temperaturbereich von 80–400 °C ermöglicht es aber auch, Kurzgebratenes wie Steaks, Burger und Fisch oder sogar Pizza und Brot auf dem Keramikgrill zuzubereiten.

### Feuerplatte

Dass man auch ohne Grillrost leckere Grillgerichte zaubern kann, beweist die Feuerplatte. Die Feuerplatte ist in der Regel eine dicke kreisrunde Platte aus Stahl, die auf eine Feuerstelle gelegt wird. Die Feuerstelle kann eine Feuertonne, Feuerschale oder auch ein Holzkohlegrill sein. In der Mitte der Platte befindet sich ein Loch, durch das Holz nachgelegt werden kann.

Je nach Durchmesser der Platte hat man so viel Platz für unterschiedliche Grillvariationen und durch den Hitzeverlauf von heiß (300 °C) nahe der Mitte bis moderat (100 °C) am äußeren Rand kann man sehr gut mit den unterschiedlichen Gargraden spielen.

### Elektrogrill

Auch wenn der Elektrogrill bei einigen Grillern (zu Unrecht) belächelt wird, hat er durchaus eine Vielzahl von Vorteilen und seine Daseinsberechtigung. Während Gas- und Kohlegrills nicht in Innenräumen verwendet werden dürfen, ist dies mit dafür geeigneten Elektrogrills möglich.

Durch die oftmals kompakten Abmessungen sind diese Grills schnell auf- und abgebaut und platzsparend verstaut. Hier entfällt auch das Besorgen von Holz, Kohle oder Gas – den Grill einfach an der nächstgelegenen Steckdose einstecken und schon kann losgegrillt werden.

Man sollte nur darauf achten, dass die Leistung des Geräts ausreichend hoch ist, damit man ein schönes Branding und die gewünschten Röstaromen an das Grillgut bekommt.

### Dutch Oven

Der Dutch Oven ist vielleicht im eigentlichen Sinn kein »echtes« Grillgerät, trotzdem erfreut sich der gusseiserne Topf wachsender Beliebtheit und es lassen sich fantastische Grillgerichte darin zaubern. Im Outdoorbereich ist der Dutch Oven ein treuer Begleiter, den man direkt in die Glut stellen kann und in dem man sowohl Fleisch braten als auch Eintöpfe, Spareribs, Pulled Pork, Brot und vieles mehr zubereiten kann. Den Deckel des Dutch Ovens kann man auch als Bratpfanne verwenden. Falls mal keine



Glut vorhanden ist, kann man den Dutch Oven sogar auf dem Gasgrill benutzen.

### **Schwenker**

Wahrscheinlich nicht so weit verbreitet oder bekannt, aber aus meiner Region im Hunsrück und Umgebung nicht wegzudenken. Der Schwenker oder Schwenkgrill ist sehr einfach aufgebaut, da er lediglich aus einem Dreibein und einem Grillrost, der über ein Stahlseil mit dem Dreibein verbunden ist, besteht. Der Schwenker

wird einfach über eine Feuerstelle am Boden gestellt und die Hitzeregulierung erfolgt über die Länge des Stahlseils (längeres Seil = näher am Feuer = höhere Hitze). Oder man bringt den Rost etwas in Schwung und »schwenkt« das Grillgut über dem Feuer hin und her. Prädestiniert für diese Art der Zubereitung sind natürlich Steaks aller Art, insbesondere marinierte Schweinenackensteaks, die in meiner Region ebenfalls den Namen »Schwenker« bekommen haben.

# Die Hitzezonen

Im Prinzip kann man das Grillen oder Garen auf dem Grill in zwei Hitzezonen unterteilen – eine mit direkter und eine mit indirekter Hitze. Das Grillen über direkter Hitze bedeutet, dass man das Grillgut direkt und in unmittelbarer Nähe zur Holzkohle oder zu den Flammen legt. Steaks, Hamburger, Fischfilets und Meeresfrüchte, Gemüse oder auch Spieße sind dafür gute Beispiele. Beim Grillen über der direkten Hitze entstehen die sogenannten Röstaromen.

Streng wissenschaftlich gesehen, ist dafür die Maillard-Reaktion verantwortlich, bei der durch die hohe Hitze einwirkung vorhandener Zucker und Proteine im Lebensmittel reagieren und so die charakteristischen Düfte und die Bräunung hervorrufen.

In der indirekten Zone sind die Temperaturen wesentlich niedriger und es besteht auch kein direkter Kontakt zur Hitzequelle. Dieser Bereich ist sinnvoll für Lebensmittel, die über hoher Hitze schnell verbrennen würden bzw. langsam gegart oder geräuchert werden müssen. Klassische Beispiele hierfür sind Braten, Rippchen und dickere Fleischstücke.

Natürlich können diese Zonen auch kombiniert werden, indem man das Grillgut erst scharf anbrät, um die

gewünschten Röstaromen zu bekommen, und es dann in der indirekten Zone bis zur gewünschten Kerntemperatur zu Ende gart.

Generell ist es sinnvoll, sich immer eine direkte und indirekte Zone auf dem Grill vorzubereiten. Selbst wenn man nur ein Steak zubereiten möchte und es erst über der direkten Flamme scharf anbrät, kann man es danach in den indirekten Bereich legen und hat dort die Möglichkeit, die Kerntemperatur besser zu treffen.

Die Zonen lassen sich je nach Grillgerät relativ einfach einrichten. Beim Grillen mit Holzkohle lässt man lediglich eine Hälfte des Grills frei. Beim Gasgrill ist es noch einfacher, man zündet einen Brenner gar nicht erst an. Hat der Gasgrill drei Brenner oder mehr, schaltet man die mittleren Brenner aus. Mit den äußeren Brennern kann dann die Temperatur geregelt werden.

Viele Grills bieten auch eine erhöhte Ablage über dem Grillrost, das reicht in vielen Fällen schon für indirektes Grillen aus. Man muss da nur vorsichtig mit der Temperatur sein, da die heiße Luft nach oben steigt und so die Umgebungsluft an der obersten Stelle am höchsten ist.

# Zubehör

Der Grill an sich ist natürlich das Wichtigste, aber es gibt einiges an Zubehör, das einem die Arbeit am Feuer und das Gelingen einer BBQ-Party erleichtert. Wenn man sich in den Grillshops umschaut, gibt es eine schier unglaubliche Anzahl an sinnvollen und weniger sinnvollen Hilfsmitteln und jeder muss für sich entscheiden, welches Equipment er schlussendlich nutzt. Das folgende Zubehör sollte meines Erachtens allerdings bei keinem Griller fehlen.

## Grillzange

Eigentlich unerlässlich für das Grillen, da in den meisten Fällen das Grillgut gewendet oder an andere Stellen auf dem Grill, wie z. B. vom direkten in den indirekten Bereich, gelegt werden muss. Grillt man mit Holzkohle oder Briketts, hilft eine zweite Zange auch beim Umplatzen der Kohle.

## Fleischthermometer

Für das perfekte Steak ist es wichtig, die passende Kerntemperatur zu treffen. Es wird zwar oft gesagt, dass man durch Druck mit dem Finger auf das Grillgut den aktuellen Gargrad erfühlen kann, aber dafür braucht man schon eine

Menge Erfahrung. Und wenn man nicht etliche Steaks verbraten will, ist meiner Meinung nach der Einsatz eines Einstichthermometers die sinnvollere Alternative. Diese Thermometer gibt es schon für wenig Geld und man kann damit schnell und einfach die Kerntemperatur des Fleisches checken.

Wer gerne den Garprozess über einen längeren Zeitraum messen will, wie etwa bei der Zubereitung von Pulled Pork oder Brisket / Rinderbrust, für den wäre ein Funkthermometer die richtige Wahl. Die meisten Geräte lassen sich mit dem Smartphone verbinden und man kann dort komfortabel die aktuelle Kerntemperatur und den Temperaturverlauf ablesen. In den meisten Apps lassen sich sogar Warnungen bei Erreichen einer vorgegebenen Temperatur einrichten. Zusätzlich bieten viele dieser Thermometer noch eine weitere Möglichkeit, um die Temperatur im Garraum zu messen.

Gemessen wird seitlich an der dicksten Stelle des Fleischstücks – aber Achtung, dass man beim Einstechen nicht eventuell vorhandene Knochen im Fleisch trifft. Der Knochen leitet die Wärme gut und würde dadurch das Messergebnis verfälschen.

## Grillen für Kerle

Hier eine kleine Übersicht der Kerntemperaturen zu den häufig verwendeten Grillstücken:

GRILLGUT	MEDIUM RARE	MEDIUM	WELL DONE
Rinderfilet	bis 55 °C	55–58 °C	über 58 °C
Rumpsteak	bis 55 °C	55–58 °C	über 58 °C
Rib-Eye-Steak	bis 55 °C	55–58 °C	über 58 °C
Flanksteak	bis 55 °C	55–58 °C	über 58 °C
Kalbsfilet	-	56–58 °C	über 58 °C
Spareribs	-	-	85–90 °C
Baby-Back-Ribs	-	-	85 °C
Schweinenacken	-	70 °C	über 75 °C
Schweinefilet	-	58–62 °C	über 65 °C
Schweinekotelett	-	63 °C	über 75 °C
Pulled Pork	-	-	90–95 °C
ganzes Hähnchen	-	-	80 °C
Hähnchenbrust	-	-	80 °C
Hähnchenkeule	-	-	75 °C
Lammfilet	-	60–62 °C	über 65 °C
Lammlachse	-	60–62 °C	über 65 °C
Lachs	-	50–60 °C	über 60 °C
Forelle	-	54 °C	-

### Anzündkamin

Wer gerne mit Kohle grillt, der wird einen Anzündkamin zu schätzen wissen. Damit kann man die Kohle sicher und schnell anzünden und sie glüht gut durch. Je nach Brennmaterial kann so ein komplett gefüllter Anzündkamin innerhalb von 15–20 Minuten durchgeglüht sein. Da die Kohle in so kurzer Zeit »betriebsbereit« ist, kann man auch über eine längere Zeit seine Grillsession durchführen und gegebenenfalls neue Kohle zubereiten.

