

SANTOS

GRILL ★ SCHULE

Ladies Cut

(Rezepte für 4 Personen)

Im Big Green Egg:

Kokos-Gemüse-Kichererbsen Curry

Zutaten:

400 g Karotten
300 g Zucchini
1 rote Zwiebel
1 Soloknoblauch oder 4 Zehen Knoblauch
2 EL Ingwer, gerieben
50 ml Kokosöl, alternativ anderes hochoerhitzbares Öl
3 TL Currypulver
1 EL Kreuzkümmelpulver
400 g Kichererbsen
500 ml Gemüsebrühe oder Wasser
4 EL Sojasauce
300 ml Kokosmilch
50 g Erdnussbutter
Saft einer Zitrone und Abrieb der halben Zitrone
evtl. 200 g Cherrytomaten
Honig/Zucker bei Bedarf
Dutch Oven

Zubereitung:

Den (Keramik-) Grill auf 250°C aufheizen und den Dutch Oven bei direkter Hitze reinstellen.

Die Enden des Gemüses abschneiden, dann je nach Belieben grob zerkleinern (in Würfel oder Scheiben schneiden, reiben, etc.). Kichererbsen über einem Sieb abspülen und abtropfen lassen, den Ingwer reiben.

Zum Garen zuerst das härteste Gemüse, also die Karotten, in den Dutch Oven werfen, dann erst etwas Öl zugeben und anschwitzen. Im Anschluss das restliche Gemüse und den Ingwer zugeben und mit anbraten.

Gewürze und Kichererbsen zugeben, kurz mit anrühren und dann mit der Brühe, Sojasauce und der Kokosmilch ablöschen. Deckel aufsetzen und so weit köcheln lassen, bis das Gemüse weich genug ist.

Zuletzt die Erdnussbutter, Saft und Abrieb der Zitrone und Cherrytomaten zugeben und mit Salz, Pfeffer und Honig/Ahornsirup/Zucker abschmecken. Zwischendurch das Rühren nicht vergessen, damit nichts anbrennt und alle Aromen sich gleichmäßig im Curry verteilen können.

Hähnchen Drumsticks mariniert in Joghurt/Zitronengras/Ahornsirup/Limette

Zutaten:

6 Unterkeulen (Drumsticks) vom Kikok Hähnchen (mit Haut)
2 Stängel Zitronengras
1 Soloknoblauch oder 3 Zehen französischer Knoblauch
1 ca. 3cm langes Stück Ingwer
4 EL Ahornsirup
4 EL Sojasauce
1 Limette
1 Becher Joghurt
Pfanne/Topf
Hähnchenschenkel Halter SANTOS

Zubereitung:

Für die Marinade das Zitronengras anschlagen und grob zerkleinern. Knoblauch und Ingwer schälen und zerkleinern. Diese Stücke in eine Pfanne oder einen Topf geben und zusammen mit Ahornsirup und Sojasauce erwärmen, damit das Aroma in die flüssige Marinade übergeht. Zuletzt Abrieb und Saft der Limette zugeben und für mindestens 30 min. ziehen lassen. Mit einem starken Mixer lässt sich die Marinade pürieren. Möchte man nicht auf Faserreste beißen, gießt man dieses Püree anschließend durch ein Haarsieb.

Sobald die Marinade benutzt werden soll, mischt man sie mit dem Joghurt.

Nun die Unterkeulen marinieren. Hierfür lösen wir vorsichtig die Haut, indem wir mit dem Daumen zwischen Haut und Fleisch herumfahren und die Sehnen lösen. Das Fleisch wird nun mit der Marinade bepinselt oder direkt hineingelegt und mariniert mindestens 30 Minuten, am besten über Nacht.

Zum Grillen sollte der Grill auf 150°C geheizt sein.

Die Haut der Drumsticks wird zurück über das Fleisch gezogen, damit die Marinade nicht zu schnell verbrennen kann. Nun werden die Hähnchen in die Halterung eingehängt und indirekt in den Grill gestellt. Ohne Halterung legt man sie in eine Auflaufform oder Plancha und wendet sie öfters. Soll die Haut knusprig werden, kann diese nach ca. 30 min. mit der restlichen Marinade bepinselt und die Hitze auf 200°C hochgestellt werden. Haben die Hähnchen eine Kerntemperatur von 81°C, sind sie fertig.

Tipp wenn`s schnell gehen soll: Marinade und Hähnchen separat garen. Dafür die Marinade etwas einreduzieren, also bei mittlerer Hitze herunterköcheln lassen, bis sie konzentriert ist und intensiv schmeckt. Durch ein Sieb geben und abkühlen lassen, dann den Joghurt untermischen. Die Hähnchen nach Belieben unter der Haut würzen (z.B. mit einem Rub aus 1 EL Salz, 1 EL Zucker, 1 TL Currypulver Madrocas oder Ras-el-hanout). Haut über das Gewürz zurückziehen und separat garen. Zusammen mit der Joghurtsauce servieren.

Im Smoker:

Schwertfischsteaks

Zutaten:

2 ca. 4cm dicke Schwertfischsteaks
Olivenöl und Salz

Zubereitung:

Die Haut, falls vorhanden, vom Fisch schneiden und mit Olivenöl und Meersalz bestreichen. In einer heißen Pfanne oder auf dem vorgeheizten Grillrost bei mind. 250°C kurz von beiden Seiten angrillen, dann indirekt bei 160°C im Grill oder im Smoker für ca. 7-8 min. glasig garen bis zu einer Kerntemperatur von ca. 52-54°C.

Grillgemüsedip

Zutaten:

1 Paprika
1 Aubergine
5 Champignons
1 Zucchini
1 Zwiebel
200 g Kirschtomaten
70 g Pinienkerne
1 Zweig Rosmarin
1 Bund Petersilie
2 EL Salz
2 TL Brauner Zucker
1 Prise Pfeffer
250 ml Olivenöl

Zubereitung:

Für das Grillgemüse den Grill auf 250-300°C Grilldeckel-Temperatur vorheizen. Direkt eine Gusspfanne hineinstellen. Rosmarin und Petersilie kleinschneiden und beiseitestellen. Das Gemüse, außer den Tomaten, kleinschneiden und in der heißen Pfanne angrillen. Kirschtomaten zugeben und mit reichlich Olivenöl, Zucker und Salz würzen. Zuletzt die Pinienkerne hinzugeben und rühren, damit nichts anbrennt, ggf. die Temperatur verringern und das gesamte Gemüse weich garen. Pfanne vom Grill nehmen, Kräuter zugeben und nach Belieben nachwürzen und nach Wunsch pürieren.

Naanbrot vom Pizzastein

Zutaten:

1 TL Trockenhefe oder 10 g Frischehefe
130 ml Wasser, lauwarm
2 TL Zucker
500 g Mehl
1 TL Salz
250 ml Joghurt
100 g Butter und frische Kräuter und Knoblauch nach Wahl zum Bestreichen
2 EL Pflanzenöl

Zubereitung:

In einem Messbecher die Hefe mit dem Zucker und dem Wasser vermengen. Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken.

Hier hinein das Salz und den Joghurt geben. Im Anschluss einfach die Hefe zugeben und das Ganze zu einem glatten Teig verrühren, anschließend gehen lassen. Nach ca. 2 Stunden sollte sich das Volumen in etwa verdoppelt haben.

Inzwischen den Pizzastein auf dem Grill auf 200 °C vorheizen.

Den Teig noch einmal kneten und entsprechend der Zahl an Portionen teilen. Jede Teigportion auf der Arbeitsfläche ausrollen. Zum späteren Bestreichen die Butter zerlassen und ggf. Kräuter/Knoblauch hacken und dazugeben.

Die Teigfladen auf dem heißen Pizzastein ausbacken. Bräunt sich der Teig, einfach wenden und nach dem Backen mit der zerlassenen Butter bestreichen.

Im Gasgrill:

Flanksteak mit gegrilltem Salat

Zutaten:

1 kg Flanksteak
40 g Thymian / Rosmarin
Salz, Pfeffer
4 Salatherzen
100 g Cherrytomaten
150 ml Rapsöl
40 ml Essig
1 Zitrone
40 ml Milch
1 TL Senf
1 Soloknoblauch
4 Sardellenfilets
1 EL Kapern
40 g Parmesan

Zubereitung:

Den Grill auf min. 250°C Deckelthermometertemperatur vorheizen.

Das Flanksteak von großen Sehnen parieren und mit einer Gabel von beiden Seiten einritzen. Die Kräuter fein hacken und mit Salz/Pfeffer zu einer Trockenmarinade vermischen.

Die Salatherzen halbieren und mit der Schnittseite nach unten einzeln oder auf einem Grillblech im heißen Grill angrillen, bis leichte Röstaromen entstanden sind, dann vom Grill nehmen und abkühlen lassen.

Das Fleisch direkt auf dem Rost angrillen und anschließend die Temperatur im Grill auf 150°C reduzieren. Das Flanksteak mit den gehackten Kräutern, sowie Salz und Pfeffer einreiben und bis zur gewünschten Kerntemperatur (empfohlen wird 54°C) indirekt weitergaren.

Essig, Zitronensaft und -abrieb, Milch, Senf, Knoblauch, Sardellenfilets und Kapern in einem Mixbecher mit dem Pürierstab zerkleinern. Das Rapsöl langsam unter stetigem Mixen hinzufügen. Den Parmesan reiben und in das Dressing geben, mit Salz/Pfeffer abschmecken. Cherrytomaten waschen und halbieren. Salat, Tomaten und Dressing anrichten und das Flanksteak in feine Streifen geschnitten dazu reichen.

Lammrücken mit Honig-Lavendelmarinade

Zutaten:

800 g Lammrücken
3 EL Honig
1 TL Lavendelblüten
1 Soloknoblauch
1 Zweig Rosmarin
Salz/Pfeffer

Zubereitung:

Grill auf 250°C vorheizen

Kräuter klein hacken und mit dem Honig und den Gewürzen in einer kleinen Pfanne leicht erwärmen.

Den Lammrücken parieren und angrillen, dann mit der Honigmarinade bestreichen und beiseitestellen. Den Grill auf indirekte Hitze (ca. 150°C) herunterkühlen. Das Lamm weitergaren bis eine Kerntemperatur von ca. 58-62°C erreicht ist.

Orangen-Bulgursalat mit Granatapfelkernen

Zutaten:

250 g Bulgur
1 Soloknoblauch
1 rote Zwiebel
1 Orange
1 TL geröstetes Sesamöl
1 TL Ras-el-hanout-Gewürz
1 EL Ahornsirup
200 ml passierte Tomaten
250 ml Gemüsebrühe
1 Granatapfel

Zubereitung:

Bulgur in kaltem Wasser waschen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Orangenschale abreiben und beiseitestellen. Den Saft auspressen, und abmessen: es sollten ca. 80-100 ml sein. Granatapfel halbieren und mit einem großen Löffel die Kerne herausklopfen.

Einen Topf /Dutch Oven im Grill bei ca. 200°C Deckeltemperatur vorheizen. Im Anschluss Knoblauch und Zwiebeln hineingeben und mit dem Sesamöl anschwitzen. Dann mit Ras El Hanout würzen, mit passierten Tomaten und Brühe ablöschen und den Orangensaft aufgießen. Einmal Aufkochen und mit

Ahornsirup, Salz und Pfeffer leicht überwürzt abschmecken. Den Topf ganz von der Hitze nehmen. Den Bulgur zufügen, umrühren und mit geschlossenem Deckel ca. 15 min. ziehen lassen, bis er die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Zuletzt die Granatapfelkerne unterheben und servieren.

Frittierte Apfelküchlein

Zutaten:

4 säuerliche Äpfel (z.B. Granny Smith, ca. 600 g)
150 g Mehl
1 TL Zucker
1 Prise Salz
150 ml Milch
2 Eier (Gr. M)
750 ml neutrales Speiseöl zum Frittieren
100 g Zucker + 2 TL gemahlener Zimt zum Wenden
Vanilleeis nach Belieben

Zubereitung:

Äpfel waschen, trocken tupfen und schälen. Äpfel mit einem Apfelfentkerner entkernen, sodass ein ca. Ø 2-3 cm großes Loch entsteht. Äpfel in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und beiseite legen.

Mehl mit Zucker und Salz in einer Schüssel vermischen. Milch und Eier zugeben und mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren.

Öl in einem Dutch Oven oder einer tiefen Pfanne im Grill auf 180°C erhitzen. Das Öl ist zum Frittieren bereit, wenn man einen Holzkochlöffel in das Fett hält und sich kleine Bläschen darum bilden.

4-5 Apfelscheiben in den Teig geben und nacheinander vorsichtig mit einer Grillzange ins heiße Fett legen, damit sie nicht aneinanderkleben. Im heißen Öl ca. 1-2 Minuten goldbraun ausbacken. Danach auf ein mit Küchentrepp ausgelegtes Blech legen und mit den restlichen Äpfeln weitermachen. Im noch warmen Zustand die Apfelringe in der Zimt/Zuckermischung wenden und möglichst zügig (mit einer Flocke Vanilleeis) servieren.