



GRILL SPEZIALIST

GRILL-SEMINAR FISCH 2022

Gruß vom Grill Gegrillte Austern

für 4 Personen

Zubereitung:

Den Grill auf eine hohe direkte Hitze vorbereiten.

Die Austern auf den Grillrost legen, und warten bis man ein „Knacken“ hört.
Dies sollte nach ca. 3-5 Minuten geschehen.

Anschließend die Auster mit Hilfe eines Küchentuch oder Topflappen festhalten, und mit einem Messerrücken öffnen.
In jede Auster 1-2 Tropfen Tabasco und 3-4 Tropfen Zitronen oder Limettensaft träufeln.

*12 frische Austern
Tabasco
2 Zitronen oder Limetten*

GRILL-SEMINAR FISCH 2022

Gang 1

Marinierte Garnelen-Spieße an Meeresalgensalat

für 4 Personen

Zubereitung:

Die Garnelen pulen und säubern
(Darm entfernen).

Für die Marinade
Öl mit wenig Balsamico und
gehackten Kräutern, klein geschnittenen
Chilis und Knoblauch verrühren.
Nach belieben salzen, pfeffern und mit
einer Prise Zucker abschmecken.

Die Garnelen hinzufügen und etwa
1 Stunde ziehen lassen.

Die Garnelen auf Spieße stecken und
bei geringer Hitze auf der Gussplatte
von beiden Seiten ca. 2 min grillen und
2-3 Minuten ruhen lassen.

Die Meeresalgen 2-3-mal im Spülbecken gut auswaschen.
Je öfter der Waschvorgang wiederholt
wird, desto milder schmecken die Algen.

Für die Marinade Öl und Balsamico mit Knoblauch, klein geschnittenen Schalotten,
Erdbeeren und klein gewürfelten Tomaten vermischen.

*Ca. 20 Garnelen / Crevetten
200-300g Meeresalgen
Knoblauch
Chili
Kräuter
2-3 Tomaten
3-4 Erdbeeren
Olivenöl
Balsamico
Schalotten
Zubehör: Gussplatte*

GRILL-SEMINAR FISCH 2022

Gang 2

Lachs auf warmen Gemüsesalat

für 4 Personen

Zubereitung:

Das Zedernholzbrett mind.
2 Stunden wässern.

Den Lachs auf die passende Größe
zu schneiden, vereinzelt Gräten aus
dem Lachs mit einer Grätenzange
heraus ziehen.

Aus dem Grillgewürz und den
anderen Zutaten eine Marinade
mischen, den Lachs damit ein streichen
und ca. ½ Std. im Kühlschrank
ziehen lassen.

Das Zedernholzbrett bei direkter hoher
Hitze auf den Grillrost legen bis es anfängt
zu qualmen. Nun die Temperatur etwas
reduzieren. Das Brett aus dem Grill nehmen
und den Lachs mit der Hautseite
auf die nicht angekohlte Seite legen.
Bei ca. 150°C direkt ca. 30 – 40 min. garen.

Vor dem Servieren den Lachs noch mit
grobem Salz und warmer Zitrone verfeinern.

Das Gemüse in mundgerechte Stücke
schneiden und bei niedriger Hitze im
Gemüses wok direkt grillen.

Für die Marinade, Öl und Balsamico mit Kräutern und den
gewürfelte Charlotten verrühren. Mit Pfeffer, Salz und Zucker
abschmecken und Löffelweise über das Gemüse geben.

*1 Lachshälfte ca. 700-800g
3 TL Grillgewürz z.B. „Flügel Doping“
2 EL flüssiger Honig
3 EL Olivenöl
2 EL helle Sojasoße
1 TL Salz
1 Zitrone
1 Zucchini
2 Paprika gelb und rot
1 Aubergine
Olivenöl
Balsamicoessig
Schalotten (gewürfelt)
brauner Zucker
Kräuter (z.B. „Veggie Pimper“) nach
Geschmack
Knoblauch
Salz + Pfeffer
Zubehör: Zedernholzbrett,
Gemüses wok*

GRILL-SEMINAR FISCH 2022

Gang 3

Gegrillte Dorade an gebratenen Kartoffelecken mit frischer Sour Cream

für 4 Personen

Zubereitung:

Den Fisch gut abtupfen.
Von außen gut pfeffern und salzen.
Von innen mit Schnittlauch, Salbei,
Frühlingszwiebeln und Knoblauch füllen.
Anschließend ein paar klein geschnittene
Limetten oder Zitronenscheiben beifügen.
Je nach Größe 2-3 Fische in einem
Fischkorb einklemmen und bei mittlerer
Hitze ca. 8-10 min direkt grillen.

Kartoffeln in Spalten schneiden.
Mit Öl vermischen. Mit Pfeffer und Salz
würzen. Auf einer Gussplatte oder in
einem Gusswok bei mittlerer Hitze direkt
ca. 30 Minuten anbraten.

Während der Grillzeit können noch
Zwiebeln oder Schinkenwürfel hinzugefügt
werden. Die Zutaten für die Sour Cream
gut vermischen und etwas ziehen lassen.

*2 Doraden
Limette / Zitrone
Schnittlauch, Salbei
Knoblauch
Frühlingszwiebel
Rapsöl
Pfeffer & Salz
400-600g Kartoffeln / Drillinge
250g Quark
100g Creme fraîche oder Schmand
1-2 TL Kräutermischung
(oder Frische Gartenkräuter)
½ Zwiebel
1-2 EL Essig
½ EL Zucker
½ TL Salz
Prise Pfeffer
Zubehör: Fischkorb, Gussplatte
oder Gourmetpfanne*

GRILL-SEMINAR FISCH 2022

Gang 4

Thunfisch Steaks mit Tomaten-Basilikum Vinaigrette an Blattsalat

für 4 Personen

Zubereitung:

Thunfisch Steaks bei mittlerer bis hoher Hitze kurz von beiden Seiten an grillen. Sesam in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten. Den Thunfisch am Rand darin Wälzen. Anschließend mit der Marinade begießen.

Für die Marinade: Basilikum, Chili-Schote, getrocknete Tomaten klein schneiden und mit dem Saft der Zitrone, dem Olivenöl und dem Essig vermengen.

Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken. Balsamico, Öl, Pfeffer und Salz mit einer gehackten Frühlingszwiebel an den Blattsalat geben.

4 Thunfischsteaks (Sushi Qualität)

Sesam

½ Bund frisches Basilikum

½ frische rote Chili-Schote

1 kleine Hand voll getrockneter

Tomaten

1 Zitrone oder Limette

Olivenöl

Balsamico Essig

Salz & Pfeffer

Kopfsalat

Pfeffer

Salz

Helles Balsamico

Olivenöl

Frühlingszwiebel

GRILL-SEMINAR FISCH 2022

Gang 5 - Dessert

Eis Bombe

für 4 Personen

4 Torteletts (Mürbeteig Böden)
200g TK-Beerenmischung
Vanilleeis
4 Eier
50g Puderzucker
Schoko Sauce zur Garnierung

Zubereitung:

Die Torteletts für 1-2 Stunden ins Tiefkühlfach legen.

Das Eigelb vom Eiweiß trennen. Es wird nur das Eiweiß benötigt.
Dieses mit einer Prise Salz und dem Puderzucker zu Eischnee steif schlagen.
Eine dünne Schicht des Eischnees auf dem Torteletts verteilen,
einen Esslöffel der Beerenmischung auf den Eischnee geben,
auf die Beerenmischung eine Kugel Vanilleeis platzieren.

Zum Schluss das Eis mit dem Eischnee luftdicht „verpacken“.
Die fertige „Bombe“ auf den vorgeheizten Grill (200° – 250°)
Indirekt 3-5 Minuten grillen, bis der Eischnee hart geworden ist und der
Zucker darin leicht karamellisiert ist.