

Grill-Menü

(Variante 4)

Gemeinsam einkaufen, zusammen grillen und mit der ganzen Familie genießen.

Hähnchen in Bier eingelegt

Entensatays

Kalbspillard mit Tomaten-Basilikum-Butter

Nudelsalat mit rotem Pesto

Gegrillter grüner Spargel mit Parmesan

Erdbeer-Shake

Einkaufsliste

Zutaten für 4 Personen

Hähnchen in Bier eingelegt

- 1 Maishähnchen
- 8 Scheiben Speck
- Pfeffer
- Meersalz
- frischer Salbei
- 1 Flasche Bier

Kalbspillard mit Tomaten-Basilikum-Butter

- 4 Kalbsschnitzel
- Butter
- Pfeffer
- Meersalz
- Olivenöl
- Basilikum
- 1 Tomate

Entensatays

- 2 Entenbrüste
- Honig
- Sojasauce
- Chilisauce
- Reissessig
- Currypulver

Nudelsalat mit rotem Pesto

- Parmesan
- Penne
- Essig
- Pfeffer
- Meersalz
- Olivenöl
- Pinienkerne
- getrocknete Tomaten (eingelegt in Öl)
- 1 Knoblauchzehe

Einkaufsliste

Zutaten für 4 Personen

Gegrillter grüner Spargel mit Parmesan

- Parmesan
- Olivenöl
- Pfeffer
- ½ Zitrone
- Meersalz
- 1 Bund grüner Mini-Spargel

Erdbeer-Shake

- Milch
- ½ Zitrone
- Vanilleeis
- 1 Schale Erdbeeren
- 1 EL Zucker

Liste für Kochutensilien

Bitte stellen Sie sich vor dem Kochen folgendes bereit:

Für die Vorbereitungen
in der Küche

- 3 Schüsseln zum Marinieren
- 1 Topf zum Blanchieren und für die Nudeln
- 4 Spieße für die Entenbrust
- 1 Tiegel für die Tomaten-Basilikum-Butter
- 1 große Schüssel für den Nudelsalat
- 1 flache Auflaufform für den Spargel

Des Weiteren
benötigen Sie

- 1–2 Schneidebretter
- scharfe Messer
- Klarsichtfolie
- Küchenkrepp
- Stabmixer
- 1 sauberes Küchentuch
- elektrisches Handrührgerät
mit Mixaufsatz für Shakes

Während des Grillens

- 1 Grillzange
- 1 Grill, z.B.: einen Holzkohlegrill oder einen Gasgrill am besten je mit Deckel.

Den Grill ca. 15 Min. vor dem Grillen anfeuern. Dazu diesen $\frac{2}{3}$ mit Grillkohle befüllen, anzünden und warten bis die Kohle durchgeglüht und weiß ist. Erst dann kommt das Grillgut drauf. Wer keinen Grill hat, kann die Gerichte auch auf dem Herd in der Pfanne bzw. im Backofen zubereiten.

Grill-Menü

Hähnchen in Bier eingelegt

Vorbereitung in der Küche

Das Hähnchen auspacken, mit Küchenkrepp trocken tupfen und das Innenfilet der Brust herausschneiden. Pro Filetstück 2 Scheiben Speck auslegen, je ein Salbeiblatt auf den Speck geben, mit Salz und Pfefferwürzen und eng einwickeln. Die Pakete in eine Schüssel legen und in reichlich Bier einlegen.

Zubereitung am Grill

Die in Bier marinierten Hähnchenfilets von beiden Seiten ca. 5–6 Minuten scharf angrillen und später auf der Seite garziehen lassen. Sie brauchen etwa 35 Minuten auf dem Grill bis sie durch sind.

Notizen

Grill-Menü

Entensatays

Vorbereitung in der Küche

Die Haut von der Entenbrust abziehen und das Fleisch in gleichgroße Würfel schneiden. Diese auf in Wasser eingelegte Holzspieße stecken.

In eine kleine Schüssel reichlich Sojasauce, einen Schluck Reisessig, etwas Currypulver, Honig und Chilisauce geben. Das Ganze verrühren, die Spieße darin einlegen und bis zum Grillen fertig marinieren.

Zubereitung am Grill

Entenspieße auf den Grill legen und ca. 5–6 Minuten grillen. Zwischendurch einmal wenden.

Notizen

Grill-Menü

Kalbspaillard mit Tomaten-Basilikum-Butter

Vorbereitung in der Küche

Kalbspaillard nennt man ganz dünne, natur-gebratene Kalbsschnitzel. Diese zwischen 2 Klarsichtfolien legen, mit einem Plattierisen oder einer kleinen Pfanne plattieren und vorerst beiseite legen. Für die Tomaten-Basilikum-Butter einen Topf mit Wasser aufstellen die Tomate an den Enden einritzen und ca. 1 Minute blanchieren. Die Haut von der Tomate abziehen, das Kerngehäuse entfernen und das Tomatenfleisch kleinwürfeln. In einen Tiegel etwas Butter geben, die Tomatenwürfel und in Streifen geschnittenes Basilikum dazugeben. Alles mit zum Grill nehmen.

Zubereitung am Grill

Erst kurz vor dem Servieren die Tomaten-Basilikum-Butter mit auf den Grill stellen und schmelzen lassen. Die dünnen Kalbsschnitzel einmal in Öl wenden, salzen und pfeffern und für 4–5 Minuten auf den Grill legen. Zwischendurch einmal wenden. Die fertigen Kalbspaillard auf die Teller geben und mit der Tomaten-Basilikum-Butter begießen.

Notizen

Beilage

Nudelsalat mit rotem Pesto

Vorbereitung in der Küche

Für die Nudeln schon einmal einen Topf mit reichlich Salzwasser aufstellen und die Nudeln darin nach Packungsanweisung „al dente“ kochen.

Die Nudeln abgießen und mit einem Schuss Essig etwas säuern. Die getrockneten Tomaten in ein hohes Mixgefäß geben, eine geschälte Knoblauchzehe, eine Handvoll Pinienkerne, frischen Parmesan und reichlich Olivenöl dazugeben und mit dem Zauberstab gut pürieren.

Das Tomatenpesto über die Nudeln geben und vermengen. Kurz vor dem Essen noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Notizen

Beilage

Gegrillter grüner Spargel mit Parmesan

Vorbereitung in der Küche

Den Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und die Stangen schälen.

In eine Schüssel reichlich Olivenöl, den Saft einer halben Zitrone, frisch gemahlene Pfeffer und Salz geben und den Spargel darin marinieren.

Zubereitung am Grill

Den Spargel einfach mit auf den Grill geben und etwas Farbe nehmen lassen. Der Spargel darf ruhig noch knackig sein. Anschließend in eine Auflaufform legen, mit gehobeltem Parmesan bestreuen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Notizen

Dessert

Erdbeer-Shake

Vorbereitung in der Küche

Für den Shake die Erdbeeren waschen, den Strunk entfernen und die Erdbeeren in ein hohes Gefäß geben. 1 EL Zucker und den Saft einer halben Zitrone dazugeben und kurz einwirken lassen.

Vor dem Servieren 3 Kugeln Vanilleeis und etwas Milch zu den Erdbeeren geben und mit dem Zauberstab aufmixen.

Empfehlung: Zu dem Menü empfehlen wir einen spritzigen Weißwein, Müller Thurgau aus Südtirol.

Notizen
