

10

Betty Bossi

Grill-Geheimnisse

1 Marinieren - ohne Salz

Marinaden und Salz sind auf Kriegsfuss. Grosse Fleischstücke erst kurz vor dem Grillieren salzen, kleine (z.B. Plätzli) erst nachher salzen, so bleibt das Fleisch am zartesten.



ZWEI

Marinaden abstreifen

Marinaden, die viele Kräuter, wie aber auch Flüssigkeiten wie Orangensaft, Alkohol enthalten, immer vor dem Grillieren abstreifen. Nach dem Grillieren kann die Marinade wieder daran gepinselt werden.

3 Kein kaltes Grilliergut

Das Fleisch je nach Grösse ca. 30 - 60 Min. vor dem Grillieren aus dem Kühlschrank nehmen. Fisch und Vogel direkt aus dem Kühlschrank auf den Grill legen.

4 Richtige Glut

Nicht über offenem Feuer grillieren. Sich die Zeit nehmen, eine perfekte Glut entstehen zu lassen. Sonst wird das Fleisch aussen schwarz und innen ist es immer noch kalt und roh.



5

Heisser Grill

Das Fleisch immer auf den heissen Rost legen, damit sich so schnell wie möglich eine schöne Fleischkruste bilden kann.

SECHS

Zartes Fleisch

Wenn auf der Oberfläche eines Kurzbratenstücks Saft austritt, Fleisch wenden, kurz fertigbraten. So wird das Fleisch am zartesten.

7 Kein Anstechen

Stechen Sie Ihr Fleisch nie mit einer Gabel oder einem Messer an, sonst tritt der Fleischsaft aus.



8 Grillierter Fisch

Fisch ist eine dankbare Abwechslung zu Fleisch. Diesen in Alufolie packen, und darin bei mittlerer Hitze grillieren.



9

Beilagen

Sommern Gemüse wie Zucchini, Auberginen und Peperoni, wie auch Champignons schmecken hervorragend vom Grill. Mit wenig Öl bestreichen, kurz beidseitig grillieren, noch schöner in der Farbe bleiben sie, wenn sie vorher blanchiert wurden.



Ruhen lassen

Grillierte Fleischstücke vor dem Aufschneiden kurz ruhen lassen. So kann sich der Saft im Fleisch binden und tritt nach dem Aufschneiden nicht aus.

10