

Huhn, Schwein und Rind: Wie Sie **Fleisch** auf dem Grillrost schön kross hinbekommen

Wie Sie (noch) besser grillen

Jetzt wird angeheizt: In drei Sonderfolgen der AZ-Kochserie geben wir Ihnen Tipps fürs richtige Zubereiten von Fleisch, Fisch und Gemüse. Los geht's heute mit Fleisch

Sommerzeit ist Grillzeit. Genießer lassen das abgepackte Halsnackensteak da gerne mal im Kühlregal liegen und bereiten ihr Grillgut vor dem Anheizen daheim selbst vor. Aber wie gelingt Huhn, Schwein und Rind?

Profikoch Harald Schultes zeigt es Ihnen auf dieser Seite.

AZ-KOCHSERIE

**Küchen-
Kniffe**
mit
Harald
Schultes



Schadet nie: Soll Fleisch in Marinade, daheim kurz vorgaren und dann warm marinieren. So zieht der Geschmack besser ein und beim Grillen geht's schneller. Vorteil: Die Marinade verbrennt nicht.

Morgen geht es mit Fisch weiter, Freitag kommen dann die Gemüse-Fans auf ihre Kosten.

Sophie Anfang



Wenn das Wetter mitspielt, kann endlich auch der Grill angeheizt werden. Die AZ zeigt die besten Rezepte.

Fotos: dpa, Daniel von Loeper

SCHWEIN

Feine Rippchen

Für Spare-ribs verwenden Sie am besten kurze Rippchen. Lange schmecken nicht so gut.

● Die Ripperl am Knochen zerteilen.

● In einem Topf mit reichlich Salzwasser kurz kochen, sonst werden sie beim Grillen zu trocken.

● Lassen Sie sie etwas abkühlen und marinieren Sie sie dann mit der Barbecue-Soße (siehe Kästen). Eine Stunde in der Marinade las-



Kurz kochen lassen.



Dann grillen.



Mit Marinade bestreichen.

sen. Länger bringt nicht mehr Geschmack.

● Lassen Sie die Marinade abtropfen.

● Bepinseln Sie die Rippchen mit Öl und legen Sie sie auf den Grill. In 15 Minuten sollten sie gar sein. Wenden Sie sie regelmäßig!

● Zum Abschluss bepinseln Sie die Ripperl erneut mit etwas BBQ-Soße. Dann geben Sie sie noch einmal kurz auf den Grill zum Nachrösten. Fertig!

BARBECUE-SOSSE

Zum Marinieren oder Würzen

Für 400 ml: zwei Schalotten, zwei fein gehackte Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, 1/2 TL Chilipulver, 1/2 TL geröstete und zerdrückte Korianderkörner, eine Messerspitze geröstete Kreuzkümmelsamen, 40 ml Honig, 40 g brauner Zucker, 260 g passierte Tomaten, 60 ml Cidre-Essig, 20 ml Weißweinessig, etwas Worcestersoße.

● Zwiebeln und Knoblauch in Öl glasig dünsten.

● Ein TL Salz, Pfeffer, Chili, Koriander und Kreuzkümmel unterrühren.

● Honig und Zucker unterrühren, etwa drei Minuten köcheln lassen. Tomaten und Cidre-Essig untermischen. Bei leichter Hitze 1/2 Stunde einköcheln lassen.

● Alles pürieren, Weißweinessig und Worcestersoße zugeben. Eventuell Wasser hinzufügen, wenn die Soße zu zähflüssig ist.



Harald Schultes und AZ-Redakteurin Sophie Anfang richten an.

HUHN

Kleine Flügel, großer Genuss

Für 1,5 kg Hähnchenflügel brauchen Sie: 250 ml Tomatenketchup, 2 EL Rohrzucker, 1 EL Honig, 2 EL Balsamicoessig, 2 EL Sojasoße, eine feingehackte Knoblauchzehe, 2 EL Öl, 1/2 TL Cayennepfeffer, einen Spritzer Tabasco, Salz und Pfeffer.

● Brausen Sie die Hähnchenflügel mit kaltem Wasser ab und tupfen Sie sie trocken.

● Mit einer Geflügelschere die Flügelspitzen abtrennen.

● Die Flügelstücke mit einem Messer in der Mitte am Gelenk in zwei Teile teilen.

● Alle weiteren Zutaten bis auf das Öl in einer Schüssel vermischen und mit Salz abschmecken. Die Hähnchenflügel begeben und zugedeckt durchziehen lassen.

● Die Flügel abtropfen lassen und mit Öl bepinseln. Bei geschlossenem Grilldeckel etwa 15 Minuten garen, wenden.

● Erneut mit Öl und Marinade bestreichen und erneut 15 Minuten bei geschlossenem Deckel garen lassen.



Am Gelenk zerteilen.



Marinade kommt zweimal drauf.

RIND

Ein Steak für alle Fälle

F flanksteaks stammen aus der Verlängerung der Hüfte, eignen sich gut zum Grillen, müssen aber beim Metzger vorbestellt werden. Alternativ nehmen Sie Entrecôte oder Roastbeef.

● Flanksteaks werden am großen Stück gegrillt und danach aufgeschnitten.

● Verwenden Sie grobes Salz, um das Fleisch zu würzen.

● Legen Sie das Steak direkt über die Glut und braten Sie es eine Minute an. Drehen Sie es um 90 Grad und braten Sie es eine weitere Minute. Das Gleiche gilt für die andere Seite.

● Das Steak in die indirekte Hitze legen und einige Minuten fertiggrillen lassen.

● Vor dem Aufschneiden fünf Minuten ruhen lassen.



Flanksteaks aufschneiden.

Vier Techniken zum Kohleschichten



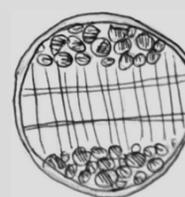
Das Glutaug

In der Grillmitte ist es heiß, dafür bleibt an den Rändern die Hitze konstant und indirektes Grillen ist möglich. Warmhalten geht auch.



Der Glutring

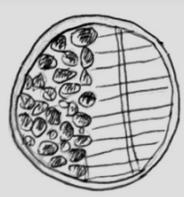
Außen ist direkte Hitze, innen indirekte. Haben Sie große Fleischteile können Sie sie in die Mitte legen und so gleichmäßig grillen.



Die Gasse

Haben Sie längliche Fleischstücke oder Fisch?

Dann können Sie sie in der Mitte indirekt garen. Das ist schonender.



Der Halbmond

Diese Technik verbindet zwei Arten, das direkte und indirekte Grillen. Links ist es schön heiß zum Anbraten, rechts wird warm gehalten.