

Warum und wie grillen?

Grillen, beziehungsweise das Braten über dem offenen Feuer, ist eine ursprüngliche Methode des Garens von Lebensmitteln – sie verlangt nur die Beherrschung des Feuers und benötigt kein Kochgeschirr. Grillen ist eine der weltweit beliebtesten sozialen Freizeitbeschäftigungen. Gegrillt wird in Privatgärten, auf Balkonen sowie auf öffentlichen oder vereinseigenen Grillplätzen.

Reinigen Sie den Grillrost vor dem Braten! Wenn er bereits heiß ist, funktioniert das am besten mit einer Drahtbürste. Polieren Sie den Rost gleich nach dem Grillen mit einem leicht öligen Tuch gut nach, damit nichts daran kleben bleibt.

Nicht nur die Würzung des Fleisches ist für den Grillgeschmack entscheidend. Für ein besonderes Aroma sorgen auch im Mörser zerstoßene Wacholder- oder Maiskörner sowie verschiedene Kräuter wie Rosmarin oder Thymian, die nach halber Grillzeit vorsichtig auf die heiße Asche gestreut werden.

Nehmen Sie das zum Grillen vorbereitete Fleisch unbedingt eine Stunde, bevor es auf den Bratrost kommt, aus dem Kühlschrank. Es entwickelt dann viel mehr Geschmack.

Wie marinieren ich?

Sie sollten einer Marinade **kein Salz** hinzufügen, da sie ansonsten dem Fleisch das Wasser entziehen. Wenn Sie Salz verwenden, dann sollten Sie das immer erst kurz vor dem Auflegen aufs Fleisch geben, oder erst direkt vor dem Servieren.

Gartemperaturen

Rindfleisch, Steak oder Beiried

Rare 53°-55°

Medium 58°-60°

Medium well 63°-65°

Schweinefleisch

60°-64°

Hühner-, Putenfleisch

65°-67°



Grillmarinaden

Für Fleisch

80 g Waldblütenhonig
60 g Balsamico Essig
20 ml Olivenöl
50 g Ketchup
½ Zehe Knoblauch fein gehackt
Chili for Chicken oder frische Chili
1 TL frische Kräuter (Rosmarin, Quwendel usw.)

- ★ Alle Zutaten verrühren und das Fleisch damit marinieren
- ★ Maldonsalz zum Bestreuen nach dem Grillen

Für Fisch

1 Zehe Knoblauch,
1 TL Zitronengras
1EL Sesamöl
1EL Olivenöl
½ TL Currypulver
1TL Sesam geröstet
20ml Sojasauce
1EL Honig
Saft von einer Zitrone
Zitrussalz zum Bestreuen nach der Garung

Für Huhn: Joghurtmarinaden

6 EL Zitronenöl wenn vorhanden oder Sonnenblumenöl
100 g Joghurt
2 Limetten oder Zitronen (Schale und Saft)
2 EL Rohrzucker oder Honig
Knoblauch, Paprikapulver
1 TL Stärkemehl

- ★ Aus den angegebenen Zutaten eine Paste bereiten und die Hühnerbrustfilets damit marinieren

Bierglasur für Steak

½ l Schwarzbier
10 EL Waldhonig
5 EL Tomatenmark
5 EL Sherryessig
Salz
Rosmarin, Thymian



**Gutes Gelingen wünscht
Ihr Steirerhof-Küchenchef Johann Pabst!**

Hotel & Spa Der Steirerhof Bad Waltersdorf
Wagerberg 125, 8271 Bad Waltersdorf

Tel: 03333-3211-0
reservierung@dersteirerhof.at

www.dersteirerhof.at