



# Grillsport mit Brazoragh



<b>Grillmethoden .....</b>	<b>2</b>
Grillarten / Setups.....	2
Grillgut vorbereiten .....	5
Grillgut würzen .....	5
<b>Rubs, Marinaden &amp; Saucen .....</b>	<b>6</b>
Rubs .....	6
Marinaden .....	7
Saucen .....	8
<b>Brot, Brötchen und Kuchen .....</b>	<b>9</b>
Ciabatta .....	9
Focaccia .....	9
Buns .....	10
Karamalisierte Apfeltarte .....	10
Haupia (Kokosnuss Pudding Würfel).....	11
Cinnamon Rolls .....	11
Dampfnudeln (klassisch, mit Salzkruste oder mit Kaffeekruste) .	12
Spießbananas.....	12
<b>Salate, Vorspeisen und Beilagen .....</b>	<b>13</b>
Cole Slaw (KFC) .....	13
Mac Salad .....	13
Lomi Lomi Salmon.....	13
Blooming Onion (Outback) .....	14
<b>Specials .....</b>	<b>15</b>
Baby Back Ribs .....	15
Pulled Pork (PP) .....	16
Armadillo Eggs .....	16
Burger .....	17
Thanksgiving Turkey .....	18
Jerk Chicken .....	19
Geräucherte Dorade .....	19
Ossobuco (alla milanese) .....	20
Porchetta .....	20
Russenspieße .....	20
Schichtfleisch .....	20
Griechischer Saganaki.....	20
Griechische Lammlachse .....	20
Griechisches Grillgemüse.....	20
Butternut Kürbis .....	21
Pastrami.....	21
Kalua Pork.....	21
Lau Lau.....	22

# Grillmethoden

## Grillarten / Setups

### Direkt grillen

Bei der direkten Methode wird das Grillgut auf dem Rost direkt über die glühenden Kohlen gelegt und erhitzt. Damit beide Seiten gar werden, muss es nach der Hälfte der Garzeit gewendet werden. Diese Methode eignet sich für Steaks, Hamburger, Koteletts und andere Speisen mit kurzer Garzeit (bis zu 25 Minuten). Charakteristisch für das direkte Grillen ist die Krustenbildung bzw. das sog. Branding. Dazu ist eine hohe Hitze erforderlich.

Direktes grillen (auch flachgrillen genannt) funktioniert auf fast jedem Grill außer einem Dutch Oven. Indoor lassen sich vergleichbare Ergebnisse mit einer gusseisernen Grillpfanne erreichen.



### Sonderform „Mangal“

Beim Mangal werden kleine Fleisch- und/oder Gemüsestücke aufgespießt. Man nennt das auch Braai (Südafrika), Schaschlik (Ostereuropa) oder einfach „Russenspieße“.

Typischerweise hat ein Mangal keinen Rost, sondern die Spieße liegen auf den Schultern des Grillgehäuses auf. Die Spieße haben idealerweise einen flachen breiten oder dreieckigen Querschnitt.

### Sonderform „Rotisserie“

Bei der Rotisserie wird das Grillgut aufgespießt und unter stetigem drehen (z.B. mit einem Elektromotor) direkt gegrillt. Dabei sollte eine „Sichtverbindung“ zwischen Grillgut und Glut bestehen, aber kein Fett in die Glut tropfen können.

Eine Rotisserie ermöglicht eine knusprige Oberfläche (durch das direkte Grillen) bei gleichzeitig minimierter Anbrenngefahr (durch das „Wegdrehen“) und optimaler Saftigkeit.

## Indirekt grillen

Das Fleisch wird hier nicht auf der Glut gegart, sondern durch den Rauch und die warme Luft. Das Grillgut liegt nicht über der Glut, sondern i.d.R. über einer Tropfschale, die evtl. mit Flüssigkeit gefüllt ist. Das Brennmaterial wird neben der Tropfschale aufgehäuft. Daher "indirektes" Grillen. Dauert natürlich länger, das Fleisch wird dafür aber butterweich und zart.

Der Hitzeanstieg, reflektiert durch den Deckel und die Innenfläche des Grills, grillt das Grillgut gleichmäßig von allen Seiten. Die zirkulierende Hitze arbeitet wie ein Umluftofen, man braucht das Grillgut nicht wenden. Bietet sich für Grillgut an, welches länger als 25 Minuten gegrillt werden muss oder für Grillgut, das zu empfindlich ist, um bei direkter Grillmethode gegrillt zu werden, da es sonst austrocknen oder anbrennen würde: zum Beispiel für Braten, Rippchen, ganze Hähnchen, Truthähne, andere große Stücke Fleisch oder Fischfilets.



Für das indirekte Grillen sind alle Grills mit Deckel geeignet - typischer Vertreter ist der „Kugelgrill“, zu denen im übertragenen Sinne auch der kleine rechteckige „Go Anywhere“ (GA) gehört. Indoor bietet der Backofen vergleichbare Ergebnisse – allerdings ohne Raucharoma.



Kugelgrill



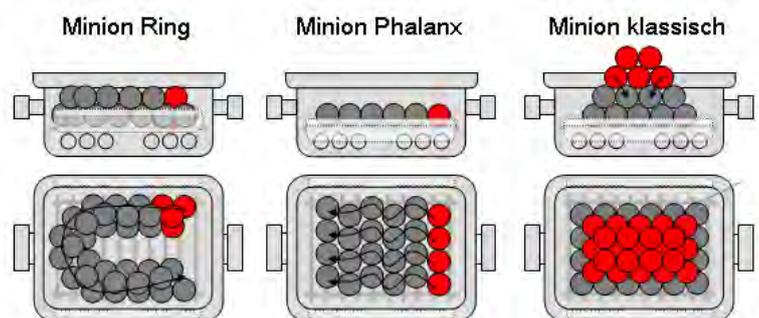
„mobile Kugelgrills“

Befeuert werden die Grills mit Holzkohle (heißer, schneller durchgeglüht) oder Holzkohlebriketts (deutlich langlebiger). Dabei gibt es enorme Qualitätsunterschiede - vor allem „Profagus Grillies“ und „Heat Beads“ sind empfehlenswert.

### Sonderform „Barbecue“ oder „BBQ“

Unter Barbecue versteht man indirektes Grillen bei einer sehr niedrigen Gartemperatur (GT) von 100-125°C. Man nennt das auch „low & slow“, weil das Garen durch die niedrige Temperatur sehr lange dauert. Dafür bleibt das Grillgut sehr saftig.

Um bei Kugelgrills diese langen Garzeiten einfach zu gestalten, haben sich diverse „Minion Methoden“ (benannt nach dem Erfinder der „klassischen Minion Methode“ Jim Minion) entwickelt.



Sehr gute Alternativen zu Kugelgrills sind klassische Smoker (Lok) und Watersmoker (WSM).

Die drei wichtigsten Bestandteile eines klassischen Smokers sind die Feuerbox (1), die mit ihr verbundene Garkammer (2) und an deren anderem Ende der Kamin (3). In der Feuerbox (Brennkammer, Side Fire Box – SFB) befindet sich ein Rost, und seitlich eine Tür mit Regulierklappe. Hier wird quasi "ingeheizt". Rauch und Wärme durchstreifen die Garkammer, auf der das Grillgut auf einem Rost liegt, und entweichen dann aufgrund des Zuges durch den Kamin.



Klassischer Smoker (Lok)



Watersmoker (WSM)

Anders als bei einer Lok sind bei einem WSM alle Elemente übereinander angeordnet. Ganz unten kommen Briketts hinein, darauf das Räucherholz. Darüber steht eine Schüssel, die mit Wasser gefüllt wird (manche füllen auch mit Sand, um das auffüllen zu vermeiden oder das „Klima“ trocken zu halten). Darüber kommt dann das Gargut.

Grundsätzlich sind so auch mehrere „Etagen“ machbar und mit einem Aufsatz lässt sich das auch auf Kugelgrills nachbauen.

### Planken

Beim Planken liegt das Grillgut auf einer stark gewässerten Holzplanke aus Rotzeder (auch Buche wird mitunter verwendet). Die Holzplanke wird erst über der Glut „angekokelt“ bis das Holz knackt und dann in den indirekten Bereich gezogen.

Durch das gewässerte Holz bleibt das Grillgut sehr saftig und bekommt durch den Rotzederrauch einen ganz besonderen Geschmack. Typisches Grillgut fürs Planken sind Hühnerbrüste, Lachsfilets und Jakobsmuscheln.

### DOfen

Das DOfen, also das Grillen mit einem Dutch Oven (DO) ist am ehesten mit dem Garen mit einem Römer-Topf im Backofen mit Ober- und Unterhitze vergleichbar.

Es werden Briketts unter und auf den Dutch Oven gelegt. Durch die Verteilung der Briketts wird die Ober- und Unterhitze gesteuert. Meistens befindet ein gutes Drittel der Briketts unter dem DO.

Die Anzahl der insgesamt nötigen Briketts  $n$  wird auf Basis des Durchmessers des DO  $d$  (in Inch) berechnet:

$$n = 2d \quad (\text{z.B. } 2 \cdot 10 = 20 \text{ Briketts})$$

Der DO eignet sich zum Backen und für Schmorgerichte. Als Indoor-Alternative bietet sich neben einem (Römer-)Topf im Backofen ein Crockpot (auch bekannt als „Slow cooker“) an, wenn die Oberhitze vernachlässigbar ist.



## Grillgut vorbereiten

### Brinen

Brinen bedeutet Fleischstücke vor dem garen für längere Zeit in eine stark salz- und zuckerhaltigen Lösung einzulegen. Dadurch soll das Fleisch saftiger und geschmackvoller werden. Die Methode eignet sich insbesondere für große magere und geschmacksarme Fleischstücke wie z.B. Putenbrust.

Auf 1 Liter Wasser kommen für eine Brine 4 EL Salz und ggf. 2 EL Zucker. Es können nach belieben auch Gewürze zugegeben werden. Pro kg Fleisch geht man von 1 Liter Brine aus.

Das Fleisch wird für 2 Stunden pro kg (aber nicht mehr als 8 Stunden) in der Brine eingelegt. Hinweis: soll das Fleisch bei garen eine Kruste bekommen, empfiehlt es sich das Fleisch im Kühlschrank offen 3-4h trocknen zu lassen.

### Impfen

Beim „Impfen“ wird das Fleisch mit einer gewürzten Flüssigkeit („Injection“) gespritzt. Hierzu ist eine spezielle „Marinadenspritze“ notwendig (Hinweis: die Öffnung der Spritze sollte nicht vorne, sondern seitlich sein um ein Verstopfen zu verhindern). Auch durch das „Impfen“ soll das Fleisch saftiger und würziger werden. Auch diese Methode eignet sich insbesondere für große magere und geschmacksarme Fleischstücke wie z.B. Putenbrust.

Auf 200ml Wasser kommt 2 TL Salz und ggf. 1 TL Zucker. Es können nach belieben auch Gewürze zugegeben werden. Pro kg Fleisch geht man von 200ml Injection aus.

Wichtig ist, dass man die Marinadenspritze beim Abdrücken langsam herauszieht - dann verteilt sich die Injection im Fleisch und das Gewebe reißt nicht. Das „geimpfte“ Fleisch sollte mindestens 30 Minuten ruhen (Achtung: kann auslaufen).

## Grillgut würzen

### Rubs

Rubs sind Trockenwürzmischungen. Sie werden ins ggf. eingeölte Fleisch einmassiert und sollten nur grobes Salz enthalten, da das Grillgut sonst Wasser ausschwitzt (für Rezepte siehe entsprechendes Kapitel).

### Marinieren

Marinaden sind flüssige, auf Säure, Öl und Gewürzen basierende Lösungen. Sie werden aufs trockene Fleisch aufgespritzt und nach dem Marinieren wieder abgerieben (für Rezepte siehe entsprechendes Kapitel).

Bei einem hohen Säureanteil wird das Fleisch zusätzlich mürbe gemacht.

### Räuchern

Beim Räuchern werden Holzchips auf die glühenden Kohlen gelegt (bei Holzkohlegrills – aber auch bei Gasgrills kann mit Holzchips gearbeitet werden). In der Regel werden die Holzchips vorher gewässert, damit sie nicht sofort verbrennen. Es gibt eine Menge geeigneter Holzsorten dafür - diese sollten allerdings ohne Rinde und gut abgelagert sein.

Bei Smokern werden auch ganze Holzscheite zum Feuern benutzt.

**Apfel (Applewood):** Leicht süß und fruchtig, sehr vielseitig verwendbar.

**Buche (Beech):** Besonders feines, nicht aufdringliches Raucharoma.

**Eiche (Oak):** Kräftiger Rauch, aber ohne starken Nachgeschmack.

**Erle (Alder):** Mild, feines Raucharoma, nicht zu kräftig. Typisches "Räucherschinken-Aroma".

**Hickory:** Nussbaum, der ein kräftiges nussiges und süßes Aroma hinterlässt. Typisches Aroma von „Bacon-Aroma“. Vorsicht: Das Raucharoma kann schnell zu kräftig werden.

**Kirsche (Cherry):** Leicht süß und fruchtig; etwas schwerer als Apfelholz, dennoch eher mild.

**Mesquite:** Der Texas-Klassiker. Kräftiges, sehr starkes Raucharoma. Vorsicht: Das Raucharoma kann schnell zu kräftig werden.

**Pecan:** Ähnlich Hickory, aber nicht ganz so kräftig. Interessant im Mix mit Obsthölzern, z. B. Apfel.

# Rubs, Marinaden & Saucen

## Rubs

### Magic Dust

frei nach Jack the Ribber/Meathead – für Schwein (Ribs, PP)

- 3 TL brauner Zucker (SPLENDA)
- 3 TL Paprikapulver
- 2 TL Cayenne Pfeffer
- 2 TL Salz
- 2 TL Knoblauch
- 1 TL Zwiebel granuliert
- 1 TL Ingwerpulver
- 1 TL schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)
- 1 TL Rosmarin (gemörsert)

### Butt Glitter Rub

frei nach derTexaner/Pop-Daddy – für Schwein (Ribs, PP)

- 6 TL Paprikapulver
- 3 TL Salz
- 3 TL Zucker (SPLENDA)
- 2 TL Knoblauch (gemahlen)
- 2 TL Zwiebel (gemahlen)
- 1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)
- 1 TL Oregano
- 1 TL Pfeffer
- 1 TL Chili
- 1 TL Selleriesalz

### Cajun Blackening Rub

frei nach derTexaner – für Seafood und Geflügel

- 2 TL Knoblauch (gemahlen)
- 2 TL Cayenne Pfeffer
- 2 TL schwarzer Pfeffer
- 2 TL Thymian
- 1 TL Oregano
- 1 TL Paprika
- 1 TL Salz

Das Grillgut durch flüssige Butter ziehen und in der Rub „panieren“. Dann in der trockenen Pfanne scharf anbraten bis die Kruste fast schwarz ist.

### Pastrami Rub

frei nach Jack the Ribber – für Pastrami (Rind, Pute)

- 2 TL Koriander (gemahlen)
- 2 TL Schwarzer Pfeffer (gemahlen)
- 3 TL Knoblauch
- 1 TL Senf (gemahlen)
- 5 TL Meersalz (grob)
- 2 TL Brauner Zucker (SPLENDA)
- 3 TL Paprikapulver
- 1 TL Ingwerpulver
- 1 Prise Muskatnuss (gemahlen)

### Goode's Barbecue Beef Rub

frei nach Jim Goode – für Rind (Steak, Braten)

- 3 TL brauner Zucker (SPLENDA)
- 1 TL Senfkörner (gemahlen)
- 1 TL Zwiebel (gemahlen)
- 3 TL Paprikapulver
- 1 TL Knoblauch (gemahlen)
- 1 TL Basilikum
- ½ TL Lorbeerblätter (gemahlen)
- ½ TL Koriander (gemahlen)
- ½ TL Bohnenkraut
- ½ TL Thymian
- ½ TL schwarzer Pfeffer (gemahlen)
- ½ TL weißer Pfeffer (gemahlen)
- 1 Prise Kreuzkümmel (gemahlen)

### Mike's Steak Rub

frei nach Mike McGrath / Weber – für Steaks (Rind, Schwein)

- 3 TL Meersalz (grob)
- 2 TL schwarzer Pfeffer
- 1 TL Oregano (getrocknet)
- 1 TL Thymian (getrocknet)
- 1 TL Paprikapulver
- 1 Zehe frischer Knoblauch (gehackt)

Das Grillgut mit Olivenöl und dem Knoblauch einreiben. Danach mit dem trockenen Rub einreiben.

### Espresso Rub

frei nach Weber – für Steaks (Rind)

- 3 TL Espresso Pulver
- 2 TL Meersalz (grob)
- 1 TL brauner Zucker (SPLENDA)
- ½ TL schwarzer Pfeffer
- ¼ TL Piment (gemahlen)

### Jumping Java Rub

frei nach derTexaner – für BBC (Hühnchen)

- 3 TL Kaffee Pulver
- 2 TL brauner Zucker (SPLENDA)
- 2 TL Chili
- 2 TL Paprika
- 2 TL Salz
- ½ TL Zwiebel (granuliert)
- ½ TL Oregano

## Marinaden

### Andy's Jerk Marinade

frei nach Andy Griffith / Weber – für Jerk Chicken/Pork

- 125ml Orangensaft
- 125ml Limettensaft
- 1 Bund Frühlingszwiebeln (grob gehackt)
- 2 EL Chili
- 2 EL Knoblauch (gehackt)
- 1 EL Thymian
- 1 EL Meersalz (grob)
- 1 EL Piment (gemahlen)
- 2 TL schwarzer Pfeffer (gemahlen)
- 1 TL Zimt (gemahlen)
- 1 TL Senf (gemahlen)
- 1 Prise Muskatnuss (gemahlen)

Die Zutaten pürieren.

### John's Chicken Marinade

frei nach John Gerald Gleeson / Weber – für BBC (Hühnchen)

- 7 TL Olivenöl
- 3 TL Dijonsenf
- 2 TL Orangenschale (gemahlen)
- 1 TL Salz
- 1 TL Thymian
- ½ TL Salbei
- ½ TL Majoran
- ¼ TL schwarzer Pfeffer (gemahlen)

### Zitronen Salbei Marinade

frei nach Weber – für Kalb, Geflügel

- 3 TL Olivenöl
- 3 TL Salbei
- 2 TL Schalotten (fein gehackt)
- 2 TL Senfkörner
- 1 TL Knoblauch (fein gehackt)
- 1 TL schwarzer Pfeffer (gemahlen)
- 3 TL Zitronensaft
- Zitronenabrieb von einer halben Zitrone

### Whisky Marinade

frei nach Weber – für Schwein (Koteletts)

- 2 TL Paprikapulver
- 1 TL brauner Zucker (SPLENDA)
- 1 TL grobes Meersalz
- ½ TL schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)
- ½ TL Knoblauch
- ½ TL Zwiebel granuliert
- ¼ TL Kreuzkümmel (gemörsert)
- 1 Prise Nelke
- 1 Prise Chili
- 4 EL Whisky

### Zitronen Rosmarin Marinade

frei nach Weber – für Fisch (im Ganzen)

- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Zitronenabrieb
- 1 Zweig Rosmarin (Nadeln abgestreift)
- 1 TL Meersalz (grob)
- 1 TL schwarzer Pfeffer (gemahlen)

### Zitronen Dill Marinade

frei nach Serial Griller (GSV) – für Fisch und Jacobsmuscheln

- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Zitronenabrieb (gezupft)
- 3 Zweige Dill
- 1 TL Meersalz (grob)
- 1 Prise Chili

### Räucherlachs Marinade

frei nach Serial Griller (GSV) – für Fisch und Jacobsmuscheln

- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Limettensaft
- 1 EL Weißweinessig
- 1 EL Senf
- 1 EL Honig
- 1 EL Schnittlauch
- 1 TL Salz
- ¼ TL granulierter Knofi
- ¼ TL schwarzer Pfeffer
- 1 Prise Chili

### Bistecca Fiorentina Marinade

frei nach Essen&Trinken – für Steaks (Bistecca Fiorentina)

- 2 EL Olivenöl
- 3 EL Kakao
- 2 EL Rosmarin
- 2 TL Meersalz (grob)
- 1 TL schwarzer Pfeffer (gemahlen)

### Porchetta Marinade

frei nach Burnfather Moppface

- 5 TL Olivenöl
- 4 TL Salbei
- 4 TL Rosmarinnadeln
- 2 Knoblauchzehen (gehackt)
- 2 TL Meersalz
- 1 TL Thymian
- 1 TL Fenchelsamen (gemörsert)
- 1 Prise Chili

## Saucen

### Mayonnaise

frei nach Kolja Kleeberg (Lanz kocht)

- 1 Ei (Größe M - entspricht 50g)
- 1 TL Dijonsenf
- ½ TL Zucker (SPLENDA)
- ¼ TL Salz
- ¼ EL Weißweinessig oder Zitronensaft
- 100ml Sonnenblumenöl

Zutaten vermischen und mit dem Zauberstab verquirlen. Falls die Masse zu flüssig ist Öl nachgießen.

### Ketchup

eigene Komposition

- 400g Tomatenmark
- ½ Tasse Gemüsebrühe (doppelt stark)
- 3 EL Zucker (SPLENDA)
- 3 EL Rotweinessig
- 1 TL Salz
- 1 Prise Nelke
- ggf. 1 Prise Guarkernmehl

Alle angegebenen Zutaten in einem Kochtopf mit einem Schneebesen vermischen, dann kochen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist (eventuell etwas Guarkernmehl zugeben).

### BBQ-Sauce

eigene Komposition

- 200ml Ketchup
- 300ml Cola (Light/Zero, dann noch 1 EL SPLENDA)
- 2 EL Dijonsenf
- 1 EL Worstershire Sauce
- 3 TL Zwiebelgranulat
- 3 TL Knoblauchgranulat
- 1 TL Rotweinessig
- 1 Prise Nelke
- ggf. 1 Prise Guarkernmehl

Alle angegebenen Zutaten in einem Kochtopf mit einem Schneebesen vermischen, dann kochen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist (eventuell etwas Guarkernmehl zugeben).

Hinweis: 300 ml Cola enthalten 2 EL Zucker bzw. eine passende Menge Aspartam und Natriumcyclamat bei Light Produkten. Beim Reduzieren dieser halbiert sich die Süßkraft der Süßstoffe ungefähr und es muss entsprechend nachgesüßt werden.

### master-sir-buana Sauce

frei nach master-sir-buana (GSV)

- 900 ml Cola (Light/Zero, dann noch 3 EL SPLENDA)
- 800 ml Ketchup
- 1 TL Ingwer (gemahlen)
- 1 TL Zitronengras (gemahlen)
- 1 TL Knoblauchgranulat
- 3 TL Zwiebelgranulat
- ½ TL Zimt
- ½ TL Curry
- ¼ TL Cumin (gemörsert)
- ½ TL Senfsaat (gemörsert)
- Priese Muskat
- 2 TL Worchester
- 5 TL Sojasauce
- 2 TL Cayennepfeffer

Cola auf ein Viertel einreduzieren lassen, Alle angegebenen Zutaten in einem Kochtopf mit einem Schneebesen vermischen, dann kochen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist (eventuell etwas Guarkernmehl zugeben).

Hinweis: 900 ml Cola enthalten 6 EL Zucker bzw. eine passende Menge Aspartam und Natriumcyclamat bei Light Produkten. Beim Reduzieren dieser halbiert sich die Süßkraft der Süßstoffe ungefähr und es muss entsprechend nachgesüßt werden.

### South Carolina Mustard Sauce

frei nach Jack the Ribber/Meathead

- 200ml Hühnerbrühe
- 3 EL Tomatenmark
- 12 EL mittelscharfer Senf
- 6 EL Apfelessig
- 6 EL Zucker (SPLENDA)
- 2 TL Senfkörnern (gemörsert)
- 1 TL Rosmarin (gemörsert)
- 1 TL Knoblauch
- 1 TL Zwiebel
- 1 TL Sellariesalz
- 1 TL Salz
- 1 TL schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)
- 1 TL Chiliflocken

Tomatenmark, Knoblauch und Zwiebeln anschwitzen, mit Hühnerbrühe ablöschen. Mit restlichen Zutaten vermengen und dann mind. 1 Stunde kalt stellen.