

Grillrezepte vom amtierenden „Deutschen Profi Grillmeister 2010 / 2011“ Frank Huhnke

Marinade:

Vermischen sie 100 gr. Fertiggewürzmischung ihrer Wahl, z. B. Steak-Gewürz, Pusta-Gewürz, Gyros-Gewürz o.ä mit 500 ml Rapsöl und füllen dies in eine wiederverschließbare Flasche ab. Schon nach 3 Tagen ist die Marinade fertig. Die Gewürze haben sich im Boden der Flasche abgesetzt und das Öl hat die Geschmacksstoffe aufgeschlossen und aufgenommen. Diese Grundmarinade können sie für Fleisch, Fisch, Geflügel usw. benutzen. Zusätzliche Zutaten wie Knoblauch, Chili, Dill usw. können diese Marinade für verschiedene Geschmäcke positiv beeinflussen.

Gefüllte Tomaten (Für 4 Personen)

4 TL Goudakäse gerieben

4 Tomaten mittelgroß

4 TL Marinade

Ca. 200 gr. Kräuterquark

Schneiden sie von der Tomate die Haube ab und entfernen sie mit einem Kugelausstecher oder Teelöffel das Fruchtfleisch der Tomate. Füllen sie einen TL Marinade in die Tomate und legen sie ein Basilikumblatt so ein, dass es zu 1/3 noch aus der Tomate herausschaut. Füllen sie die Tomate bis zur Oberkante mit dem Kräuterquark. Dann streuen sie einen TL Goudakäse über das ganze Kunstwerk.

Pinselfen sie die Grillfläche mit Sonnenblumenöl ein und grillen sie die Tomaten je nach Reifegrad und Größe 12- 15 Minuten mit geschlossenem Deckel.

VG 200 Stufe 3-4

VG 300 Stufe 7



Serviervorschlag:
Mit einigen Spritzern Balsamico verzieren



Weitere Informationen über
Frank Huhnke, unter:
www.mobile-grillschule.de

Lachs Wrap (Für 4 Personen)

Zutaten:

4 Tortiliawraps (Handelsübliche Teigfladen)
 80 gr. Gorgonzola (Blauschimmelkäse)
 100 gr. Creme Fraiche
 1 TL Worcestersauce
 400 gr. Blattspinat tiefgefroren
 1 Prise Zwiebelpulver
 1 Prise Knoblauchpulver
 Salz und Pfeffer
 200 gr. Räucherlachs in Scheiben
 8 Scheiben Schinkenspeck



Serviervorschlag:
 Zum Servieren mehrfach schräg aufschneiden

Aus den Zutaten Creme Fraiche, Worcestersauce, dem Gorgonzola ohne Rinde eine Creme rühren und die Wraps damit einstreichen. Den aufgetauten, ausgedrückten Spinat mit Knoblauchpulver, Zwiebelpulver, Salz und Pfeffer würzen. Spinat im unteren Drittel als Streifen auflegen und mit dem Räucherlachs abdecken. Den Wrap zusammenrollen und mit 2 Scheiben Bacon umwickeln. Vegetarier sollten die Wraprolle mit einem gewässerten Holzspieß fixieren. Die fertigen Wraps auf die eingeeölte Grillplatte legen und bei geschlossenem Deckel 2 x 5 Minuten grillen.

VG 200 Stufe 4

VG 300 Stufe 8

Mango-Igel mit Kokosdip (Für 4 Personen)

2 reife Mango (Harte Mango im Zeitungspapier fest einwickeln. Dadurch können die Reifegase nicht entweichen und wirken zusätzlich von außen auf die Frucht.)

4 Minze Blätter

Dip:

250 gr. Quark 40%

4 gehäufte EL Kokoscreme (Asia Abteilung)

4 EL Zucker

Alles miteinander cremig verrühren



Schneiden sie von der Mango 2 Scheiben ab, jeweils links und rechts am Kern. Dafür stellen sie die Mango auf die schmale Seite und schneiden jeweils links und rechts 1 cm von der Mitte am Kern vorbei. Dann schneiden sie das Mango Fruchtfleisch bis zur Schale vorsichtig in Streifen von 1-1,5 cm, drehen dann die Mango um 90° und schneiden sie diese wiederum ein. Dadurch entsteht ein Karomuster. Achten sie bitte darauf, dass die Schale nicht eingeschnitten wird.

Anfänger sollten ein abgerundetes Abendbrotmesser benutzen. Die Fruchtseite auf die geölte Grillfläche geben und den Deckel schließen. Nach 3 Minuten die Frucht drehen und nochmals 6 Minuten grillen.

VG 200 Stufe 4-5

VG 300 Stufe 8-9