

INHALT

| | |
|---|----|
| Einführung | 1 |
| Zu 1.) <i>Alles, was Sie über einen Gasgrill wissen müssen</i> | 3 |
| Weitere Eigenschaften eines Gasgrills: | 4 |
| Die Vorteile eines Gasgrills | 4 |
| Nachteile eines Gasgrills | 5 |
| Das richtige Gas | 5 |
| Direkte Grillmethode | 5 |
| Indirekte Grillmethode | 6 |
| Die richtige Größe des Gasgrills | 6 |
| Das Material | 6 |
| Gewicht des Gasgrills | 7 |
| Der Kauf | 7 |
| Vor der ersten Benutzung | 7 |
| Zum ersten Mal grillen | 7 |
| Sicherheit beim Gasgrill | 8 |
| Zu 2.) <i>5 Fakten über den Gasgrill</i> | 9 |
| Zu 3.) <i>Der ausgewogene Teller mit dem Obst-/Gemüse Saisonkalender</i> | 9 |
| Wie ernährt man sich ausgewogen? | 10 |
| Obst-/Gemüse-Saisonkalender | 11 |
| Zu 4.) <i>Alles zum Thema Fleisch (Einfrieren, Lagedauer und die besten Geheimtipps über das Fleisch)</i> | 12 |
| Zu 5.) <i>Die Zubereitung auf dem Grill mit Pizzastein, Salzstein und Räucherbrett</i> | 14 |
| Der Pizzastein: | 14 |
| Den Pizzastein vorheizen: | 14 |
| Vorteile: | 14 |
| Lagerung: | 15 |
| Reinigung: | 15 |
| Der Grillstein bietet gleich mehrfachen Nutzen: | 15 |
| Der Salzstein: | 15 |
| Vorteile: | 15 |
| Lagerung: | 16 |
| Reinigung: | 16 |
| Der Grillstein bietet gleich mehrfachen Nutzen: | 16 |
| Anwendung: | 16 |
| Salzstein kaufen, darauf ist zu achten: | 16 |
| 5 gute Gründe für die Nutzung eines Salzsteines: | 16 |
| Das Räucherbrett | 17 |
| Vorbereitung: | 18 |
| Wissenswertes zum Holz selbst: | 18 |
| Die richtige Größe: | 18 |
| Der Grillstein bietet gleich mehrfachen Nutzen: | 19 |
| Zu 6.) <i>Alle Temperaturen und Grillzeiten vom Fleisch im Überblick</i> | 19 |

| | |
|---|----|
| Alle Grillzeiten im Überblick: | 20 |
| Zu 7.) <i>Die besten Tipps und Tricks auf einen Blick</i> | 22 |
| Zu 8.) <i>Nutzung von Grillzubehör</i> | 23 |
| Zu 9.) <i>Die Reinigung und Pflege des Gasgrills</i> | 24 |
| Zu 10.) <i>Allgemeine Sicherheitshinweise</i> | 25 |
| Sicherheitshinweise für das Grillen mit Gas | 26 |
| Kategorie 1 | 27 |
| Fleischgerichte | 27 |
| Willkommen... | 28 |
| Grillspieße mit Hackfleisch, Gemüse und Ananas | 29 |
| Gratiniertes Chicken-Gemüse | 30 |
| Schweinelende mit Ahornsirupglasur | 31 |
| Spareribs einzeln grillen | 32 |
| Geräucherte Ente vom Gasgrill mit Mandarinenfüllung & feiner Soße | 33 |
| Fleischspieße nach afrikanischer Art | 34 |
| Gyros mit Metaxa-Sauce | 35 |
| BBQ Pulled Pork | 36 |
| Flank Steak grillen | 37 |
| Rehrücken in Nusskruste vom Grill | 38 |
| Mariniertes Hirschsteak | 39 |
| Jalapeno-Huhn gegrillt | 40 |
| Geflügelbratwurst | 41 |
| BBQ-Lebkuchen – herzhafte Lebkuchen mit Hackfleisch | 42 |
| Gegrillte Entenbrust | 43 |
| Holzplanken-Schweinefilet | 44 |
| Rinderbrust vom Gasgrill | 46 |
| Beiried-Schnitte | 47 |
| BBQ- Hackbällchen | 48 |
| Fleisch vom Schwein mit leckerer Biermarinade | 49 |
| Bacon-Currywurst-Spieße | 50 |
| Schweinefilet gegrillt mit Frischkäse-Kartoffel-Kruste | 51 |
| Kategorie 2 | 52 |
| Fischgerichte | 52 |
| Willkommen... | 53 |
| Gegrillter Fisch vom Gasgrill | 54 |

| | |
|---|----|
| <i>Lachsspieße mit Gemüse</i> | 55 |
| <i>Gegrilltes Lachssteak mit Tomaten und Zwiebeln</i> | 56 |
| <i>Gambas Rezept – Garnelen in scharfem Knoblauchöl</i> | 58 |
| <i>Selbstgemachter Kartoffelgratin mit Lachs</i> | 59 |
| <i>Lachs in Sesamkruste</i> | 60 |
| <i>Gegrillte Muscheln</i> | 61 |
| <i>Lachs auf Zedernholz</i> | 62 |
| <i>Calamares-Spieße vom Grill</i> | 63 |
| <i>Gegrillter Forellenfisch</i> | 64 |
| <i>Lachs vom Grill</i> | 65 |
| <i>Forellen-Steaks mit Zitronensoße und Petersilienkartoffeln</i> | 66 |
| <i>Gegrillter Barsch vom Gasgrill</i> | 67 |
| <i>Fischfrikadellen vom Grill & Mangold-Gemüse</i> | 69 |
| <i>Thunfisch</i> | 70 |

Kategorie 3 71

Fleischlos glücklich, vegetarische Gerichte 71

| | |
|--|----|
| <i>Willkommen...</i> | 72 |
| <i>Grüner Spargel auf Orangensauce</i> | 73 |
| <i>Ratatouille</i> | 74 |
| <i>„Greek Style“ Brutzel-Aubergine</i> | 75 |
| <i>Gegrillte Wassermelone mit cremigem Feta</i> | 76 |
| <i>Gegrillte Avocado mit Kichererbsen und Tahini</i> | 77 |
| <i>Süßkartoffel-Steaks mit Kichererbsen</i> | 78 |
| <i>Kartoffelgratin</i> | 79 |
| <i>Kürbisspalten mediterran</i> | 80 |
| <i>Pesto-Kartoffeln</i> | 81 |
| <i>Vegane Tofu-Gemüse-Spieße</i> | 82 |
| <i>Grillgemüse</i> | 83 |
| <i>Gemüsespieße</i> | 84 |
| <i>Gegrillter Fenchel</i> | 85 |
| <i>Garnelenspieße mit Ananas</i> | 86 |
| <i>Kartoffeln mit Paprika gefüllt</i> | 87 |

Kategorie 4 88

Grill-Brot-Variationen, Flammkuchen und Pizza 88

| | |
|-----------------------|----|
| <i>Willkommen ...</i> | 89 |
|-----------------------|----|

| | |
|---|----|
| <i>Pizza vom Pizzastein</i> | 90 |
| <i>Hot Cheese Steak-Sandwich</i> | 92 |
| <i>Philly-Chili-Cheesesteak-Sandwich</i> | 93 |
| <i>Deftige Party-Muffins</i> | 94 |
| <i>Fluffige Burgerbrötchen selbst machen</i> | 95 |
| <i>Hamburger-Klassiker mit selbstgemachten Burger-Brötchen</i> | 96 |
| <i>Cheeseburger mit selbstgemachtem Brötchen</i> | 97 |
| <i>Der Bromburger – mit Wild, fruchtig und zugleich rauchiger Sauce</i> | 98 |

Kategorie 5 99

Marinaden, Saucenklassiker und würzige BBQ-Saucen zum Dippen

| | |
|--|-----|
| | 99 |
| <i>Willkommen...</i> | 100 |
| <i>Salsa-Sauce</i> | 101 |
| <i>Fisch-Marinade</i> | 102 |
| <i>Guacamole</i> | 103 |
| <i>Ingwer-Zitronensoße</i> | 104 |
| <i>Hausgemachte Kräuterbutter</i> | 105 |
| <i>Smoky Barbecuesauce</i> | 106 |
| <i>Frischkäse-Dip</i> | 107 |
| <i>Rinder Griebenschmalz selbst machen</i> | 108 |
| <i>Ketchup selbst machen</i> | 109 |
| <i>BBQ-Grill-Mayonnaise</i> | 110 |
| <i>Honig-Senf-Sauce</i> | 111 |
| <i>Scharfe Cocktailsauce</i> | 112 |
| <i>Sesamsauce</i> | 113 |

Kategorie 6 114

Süße Rezepte 114

| | |
|---|-----|
| <i>Willkommen ...</i> | 115 |
| <i>Birnen-Holunder-Crumble – kleine Streuselkuchen ohne Boden</i> | 116 |
| <i>Honiggesüßte Ananasscheiben</i> | 117 |
| <i>Auflauf mit Kirschen</i> | 118 |
| <i>Gegrillter Pfirsich mit Gorgonzola</i> | 119 |
| <i>Bananen mit Schokolade auf dem Gasgrill</i> | 120 |
| <i>Apfelrosen mit Blätterteig</i> | 121 |
| <i>Schokoküchlein im Glas</i> | 122 |

| | |
|----------------------------------|-----|
| <i>Honig-Zimt-Pflaumenspieße</i> | 123 |
|----------------------------------|-----|

| | |
|-------------|-----|
| Kategorie 7 | 124 |
|-------------|-----|

| | |
|-----------------------|-----|
| Kalte Beilagen/Salate | 124 |
|-----------------------|-----|

| | |
|--|-----|
| <i>Willkommen ...</i> | 125 |
| <i>Caesar Salad – mit Chicken Strips und leckerem Dressing</i> | 126 |
| <i>Kartoffelsalat mit Speck</i> | 127 |
| <i>Nudelsalat mit Ofengemüse</i> | 128 |
| <i>Teller Allerlei mit Gemüse, Oliven und vielem mehr</i> | 129 |
| <i>Einfacher Gurkensalat</i> | 131 |
| <i>Aromatisches Tabouleh</i> | 132 |
| <i>Spinatsalat mit Apfel und Cheddar</i> | 133 |
| <i>Radieschen-Wassermelone-Feta-Salat</i> | 134 |
| <i>Hähnchensalat</i> | 135 |
| <i>Couscous-Salat</i> | 136 |
| <i>Bohnensalat mit Mais</i> | 137 |
| <i>Gemischter Salat mit Kassler und Apfel</i> | 138 |

| | |
|-------------|-----|
| Kategorie 8 | 139 |
|-------------|-----|

| | |
|-----------------------------|-----|
| Warme Beilagen vom Gasgrill | 139 |
|-----------------------------|-----|

| | |
|---|-----|
| <i>Willkommen...</i> | 140 |
| <i>Auberginenröllchen mit Hack und karamellisierten Kirschtomaten</i> | 141 |
| <i>Tornado-Zucchini</i> | 142 |
| <i>Rosenkohl mit Speck</i> | 143 |
| <i>Süßkartoffel-Ecken</i> | 144 |
| <i>Bacon-Avocado-Röllchen</i> | 145 |
| <i>Fetakäse vom Grill</i> | 146 |
| <i>Gefüllte Folienkartoffeln</i> | 147 |
| <i>Pommes vom Grill</i> | 148 |
| <i>Baconscheiben vom Gasgrill</i> | 149 |
| <i>Gegrillte Datteln im Speckmantel</i> | 150 |
| <i>Gegrillte Tomaten im Speckmantel</i> | 151 |
| <i>Zucchini grillen</i> | 152 |
| <i>Erdbeer-Feta-Päckchen mit Bacon</i> | 153 |

| | |
|--|---------|
| <i>Bierzwiebeln</i> | 154 |
| <i>Grünkohl-Chips selbst machen</i> | 155 |
| <i>Spargel überbacken</i> | 156 |
| Kategorie 9 | 157 |
| Erfrischende alkoholische Cocktails | 157 |
| <i>Willkommen ...</i> | 158 |
| <i>Der klassische Caipirinha</i> | 159 |
| <i>Mai Tai</i> | 160 |
| <i>Moscow Mule</i> | 161 |
| <i>Mojito</i> | 162 |
| <i>Gin Sour</i> | 163 |
| <i>Coco Noloco</i> | 164 |
| <i>Bloody Mary</i> | 165 |
| <i>Erdbeer Daiquiri</i> | 166 |
| Kategorie 10 | 167 |
| Erfrischende nichtalkoholische Cocktails | 167 |
| <i>Willkommen ...</i> | 168 |
| <i>Spinat-Cocktail</i> | 169 |
| <i>Virgin Margarita</i> | 170 |
| <i>Limettenlimonade</i> | 171 |
| <i>Orange Fizz</i> | 172 |
| <i>Ingwer-Limetten-Cocktail</i> | 173 |
| <i>Kirsch-Apfel-Cocktail</i> | 174 |
| Abschluss | 175 |