

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT _____ 8

GRILLMEISTERSCHAFTEN _____ 9

Grillwettbewerbe _____ 9

Erfolge bei internationalen

Wettbewerben _____ 12

Grillteam _____ 14

BRENNSTOFFE _____ 29

Holzkohle _____ 29

Grillbriketts _____ 30

Holz _____ 31

Pellets _____ 31

Gas _____ 32

Strom _____ 32

GRILLMETHODEN _____ 15

Direktgrillen _____ 15

Indirektgrillen _____ 15

Barbecuen oder Smoken _____ 16

Räuchern _____ 16

SICHERHEIT _____ 33

GRILLGERÄTE _____ 17

Direktgrill _____ 17

Kugelgrill _____ 18

Gasgrill _____ 19

Keramikgrill _____ 19

Barbecue-Smoker _____ 20

Pelletsgrill _____ 21

Wok _____ 21

Dutch Oven _____ 22

LEBENSMITTEL _____ 35

Fisch _____ 35

Fleisch & Geflügel _____ 39

Gemüse am Grill _____ 44

Kräuter _____ 46

Gewürze _____ 47

Öle _____ 53

Essig _____ 54

Senf _____ 56

GRILLZUBEHÖR & WERKZEUG _____ 23

Wichtiges Werkzeug _____ 23

Grillzubehör _____ 24

INHALTSVERZEICHNIS

FINGERFOOD

Bauernbaguette mit Speck und Käse	58
Crispy Bacon Chicken Wings	
Styrian Style (Hühnerflügerl	
auf steirische Art)	60
Crostinis mit gegrilltem Gemüse	62
Garnelenspieße mit Ingwer und Chili	64
Kartoffelsticks	66
Styrian Moink Balls	68

FISCH

Gerolltes Bachforellenfilet	70
Goldbrassen aus dem Kugelgrill	72
Knuspriges Karpfenfilet	74
Räucherlachspralinen auf der Planke	76
Welsfilet im Holz	78
Zanderfilet im Strudelteig	80

GEFLÜGEL

Gefülltes Hühnerfilet mit Kräuterbutter und Parmesan	82
Gegrillte Putenkeulen mit Rosmarin und Knoblauch	84
Hühnerfilet-Gemüse-Curry	86
Hühnerflügel und Riesengarnele	88
Knuspriges Grillhuhn	90
Putenmedaillons und Polenta am Spieß	92

FLEISCH

BBQ-Beefribs (Rinderrippen/Beinfleisch)	94
Golis Burger „Bacon & Cheese“	96
Knuspriges Rindfleisch mit Pilzen aus dem Wok	98
Das perfekte Porterhouse-Steak	100
Rindergab - BBQ-Methode	102
Tournedos im Kräuterspeckmantel	104
Baby Back Ribs - Golis bestes Rezept	106
Bratwurst mit Kürbiskernen	108
Gefüllte Schweinsbrust im Dutch Oven	110
Gefülltes Schweinsfilet	112
Jerk Pork	114
Spanferkelkrone mit Senfkruste	116

VEGETARISCHES & BEILAGEN

Gefüllte Zucchini	118
Gemüselasagne	120
Kartoffel-Steinpilz-Gratin	122
Tomaten - gefüllt und überbacken	124
Veggie Burger mit Tofu und Couscous	126
Belugalinsen	128
Folienkartoffeln	130
Gemüsereis	132
Kartoffelstrudel	134
Polentaschnitte	136
Cremige Polenta	136
Knackiges Wokgemüse	138

BROT

Burgerbrot	140
Fladenbrot	142
Grammelbrot	144
Knoblauchbrot aus Brotresten	146
Pizza	148
Tomaten-Basilikum-Brot	150

INHALTSVERZEICHNIS

DESSERTS

Crème brûlée mit Kürbiskernöl	152
Gegrillte Waffeln mit Bananen	154
Mozartkugel im Strudelblatt	156
Salzburger Nockerl	158
Steirischer Apfelstrudel	160
Zwetschkenkuchen	162

BASICS

BBQ-Sauce	164
Golis BBQ Rub	164
Apfelvinaigrette	168
BBQ-Senfsauce	168
Chimichurri	169
Coleslaw	169
Knoblauch-Kräuterbutter	170
Minzpesto für Desserts	170
Knoblauch-Kräuterbutter zum Überbacken	171
Sourcream	171

FACHBEGRIFFE	172
--------------	-----

ANHANG	176
Golis Grillschule	176
Sponsoren	177
Danksagung	178