



STAR-BBQ.DE

GRILL

BUCH

*Matthias Spies
Ausgabe 1.0 - 2017*

VORWORT

Wir von STAR-BBQ wollen Grill-Kultur nach Hause bringen!

Für viele Menschen bedeutet „Grillen“ einen Grill auf unbekannte Temperatur aufzuheizen und dann das Grillgut auf das heiße Grillrost zu legen und solange umzudrehen, bis es durchgegrillt ist. Für uns bedeutet Grillen viel mehr: Grillen ist Leidenschaft!

In diesem Grill-Buch möchten wir Ihnen diese Leidenschaft näher bringen. Dennoch möchten wir uns so kurz und präzise ausdrücken, dass kein wochenlanges Studium notwendig ist, sondern Sie schnell viele wichtige Tipps erhalten. Wir wollen dabei auch mit ein paar Mythen aufräumen, die oft erzählt werden. Zusätzlich haben wir auch ein paar Rezepte für die typischen Grillgerichte entwickelt und möchten Ihnen diese natürlich ans Herz legen.

Und nun wünschen wir viel Spaß mit dem Grill-Buch von STAR-BBQ.



INHALT

Inhalt

Vorwort	1
Inhalt.....	2
Dein Werkzeug	3
1. Die Basics.....	3
2. Zusätzliche Werkzeuge.....	3
3. Nice to Have's.....	4
Grillvorbereitungen	5
Grillwissen	6
Anbraten und Garen.....	6
Rezepte.....	7
Rinder-Steaks.....	7
BBQ-Cheese-Burger.....	7
Schweine-Filet	13

DAS WERKZEUG

Ja, zum Grillen braucht man vernünftiges Werkzeug. Hat man das nicht, wird das Grillergebnis meist entsprechend.

• DIE BASICS

Um überhaupt Grillen zu können, wird folgendes benötigt:

- Einen **Grill** (vom Elektrogrill ist abzuraten):
 - Einen regelbaren [Gasgrill](#) und eine gefüllte [Gasflasche](#) oder
 - Einen regelbaren [Holzkohlegrill mit Deckel/Haube](#), [Holzkohle](#) und Holzkohlekörben sowie einen [Anzündkamin](#) und [Grillanzündern](#) (regelbar durch verstellbare Luftein- und auslässe)
- Ein [Rezept](#) und die angegebenen **Zutaten** (siehe Rezepte)

• ZUSÄTZLICHE WERKZEUGE

Folgende Werkzeuge helfen beim Wenden, Auflegen und messen der Temperatur:

- Eine [Grillzange und einen Grillwender](#) um Grillgut auflegen und Wenden zu können. Dabei wird die Grillzange für festes Grillgut und der Grillwender für Grillgut verwendet, das auseinanderfallen könnte (Burger, Hackfleisch, weiches Gemüse)
- Eine [Grillschürze](#) um die Kleidung vor spritzendem Fett oder Verschmutzungen zu schützen
- Eine [Grillbürste](#) um Grillrückstände vom Grillrost zu entfernen und den Grill zu säubern
- Ein [Grillthermometer](#) um die Kerntemperatur des Grillguts messen zu können
- Ein Paar [Grillhandschuhe](#) um heiße Dinge (z.B. den Temperatur-Fühler des Grillthermometers) ohne Verletzungen greifen zu können

• NICE TO HAVE'S

Viele Dinge sind nur zu spezifischen Anwendungen notwendig wie z.B.:

- Eine/-n [Grillkorb/Gemüse-Schale](#) oder eine [Grillmatte](#) zum Garen von Gemüse
- Eine [Räucherbox](#) (zum Räuchern im Gas- oder Holzkohle-Grill) mit [Räucherchips](#)
- [Grillspieße](#) für Fleisch- und Gemüse-Stückchen
- Eine [Burgerpresse](#) zum gleichmäßigen Pressen von Burgern
- Ein [Zedernholz-Räucherbrett](#) zum Garen von Lachs
- Ein [Holzbrett](#) und ein [Scharfes Messer](#) zum Anschneiden des Grillguts
- Ein [Pizzastein](#) zum Zubereiten von Pizza oder Flammkuchen auf dem Grill
- Ein [Sear-Grate](#) zum besseren Steak-Grillen mit schönem Muster

GRILLVORBEREITUNGEN

Vor dem Grillen sollte man sicherstellen, dass ein passendes Rezept gefunden ist und alle Zutaten vorhanden sind. Zusätzlich sollte überprüft werden, ob alle Grillwerkzeuge vorhanden sind und die Gasflasche ausreichend gefüllt bzw. ausreichend Grillkohle und Anzünder vorhanden sind.

Anschließend sollte der Grill gestartet werden:

Dazu müssen beim **Gasgrill** die Gasflasche aufgedreht und die Ventile geöffnet werden. Danach wird der Gasgrill über den Starter gestartet. Die Ventile können ruhig alle geöffnet und auf Maximum gestellt werden. Die Haube des Grills wird anschließend geschlossen.

Beim **Holzkohle-Grill** muss zuerst der Anzündkamin mit Holzkohle gefüllt werden. Danach werden 2-3 Anzünder entzündet und der Anzündkamin darüber gestellt. Die Holzkohle sollte nach ca. 10-15 Minuten durchgezogen sein. Das kann daran erkannt werden, dass an den Kohlen keine schwarzen Stellen mehr vorhanden sind und die Kohlen überwiegend glühen oder weiß sind. Anschließend füllt man die Kohlen in die [Holzkohlekörbe](#) des Grills und platziert diese mittig im Grill. Danach wird der Grill mit der Grillhaube geschlossen. Zusätzlich müssen die verstellbaren Öffnungen vollständig geöffnet werden, damit die Luft gut durch den Grill zirkulieren kann.

Wenn der Grill anschließend auf ca. 200-300°C aufgeheizt ist, fangen die die Grillrückstände an, zu verbrennen. Anschließend kann der Grill geöffnet und mit der [Grillbürste](#) gründlich gereinigt werden.

Nach der Reinigung des Grillrosts kann die gewünschte Gar-Temperatur eingestellt werden. Dies wird beim **Gasgrill** durch Regulierung der Ventile durchgeführt. Beim Holzkohle-Grill wird die Temperatur durch Veränderung der Luftein- und Auslässe reguliert. Je weiter die Luftein- und Auslässe dabei geöffnet sind, desto höher ist die Grilltemperatur.

GRILLWISSEN

ANBRATEN UND GAREN

Verschiedene Fleischgerichte (Rinder-Steaks, Schweine-Filet, usw.) werden zuerst angebraten und sollten anschließend indirekt garen. Dazu sollte der Grill zuerst auf ca. 250°C aufgeheizt werden. Anschließend wird ein Teil des Grills ausgeschaltet (Beim Gasgrill: Ein Ventil zudrehen, beim Holzkohle-Grill: Die Holzkohle-Schalen nur unter einen Teilbereich des Grillrosts stellen).

Zum Anbraten wird das Grillgut auf den Teil des Grillrosts aufgelegt, der direkt beheizt wird (Gasgrill: Direkt über die aktivierten Brenner, Holzkohlegrill: Direkt über die Holzkohle-Schalen). Es empfiehlt sich dabei, das Fleisch direkt mit den Fingern aufzulegen um das Grillgut nicht zu verletzen. In keinem Fall sollte mit einer Gabel o.ä. in das Grillgut eingestochen werden.

Nun wird das Grillgut von dieser Seite ca. 2-3 Minuten angebraten. Danach wird das Grillgut umgedreht und weitere 2-3 Minuten angebraten. Beim Umdrehen sollte sich das Grillgut problemlos vom Grill lösen lassen. Wenn es sich nicht lösen lässt, kann noch ein Moment abgewartet werden. Wenn das Grillgut vor dem Grillen eingeölt wird, lässt es sich leichter lösen. Das Grillgut sollte nicht gewaltsam vom Grillrost gelöst werden.

Nun sollte das Grillgut von beiden Seiten ein schönes Grillmuster erhalten haben. Das Grillmuster wird noch schöner wenn das Grillgut während dem Anbraten einmal um 45° bzw. 90° gedreht wird.

Als nächstes wird das Grillgut über den nicht direkt beheizten Bereich des Grillrosts gelegt. Dort kann das Grillgut nun indirekt garen. Die Grilltemperatur sollte nun auf ca. 170°-200°C reguliert werden. Es empfiehlt sich nun ein Grillthermometer in die Mitte des **kleinsten** Grillguts einzustecken. Dieses wird zuerst die gewünschte Kerntemperatur erreichen.

Wenn die gewünschte Kerntemperatur erreicht wurde, kann das Grillthermometer herausgezogen und das Grillgut vom Grill genommen werden. Zum Entfernen des Grillthermometers sollten [Grillhandschuhe](#) verwendet werden. Zum Wenden und Herunternehmen des Grillguts sollte die [Grillzange](#) verwendet werden.

Anschließend kann das Fleisch sofort serviert werden. Nachgaren im Backofen oder in Alufolie ist nicht notwendig. Dies führt nicht dazu, dass sich die Säfte verteilen, sondern dazu, dass sich die Garstufe des Grillguts weiter verändert, was nicht gewünscht ist.

REZEPTE

RINDER-STEAKS (KLASSISCH)

ZUTATEN:

- Rinderfilets oder Entrecôte (jeweils 200-300g Stücke)
- Fleur de Sel
- Olivenöl
- Kräuterbutter

WERKZEUGE:

- [Grillzange](#)
- [Grillthermometer](#) mit Stoppuhr
- ([Sear Grate](#))



VORBEREITUNG UND ANBRATEN

Die Steaks sollten 4-5cm dick geschnitten werden und vor dem Grillen Zimmertemperatur annehmen. Zusätzlich sollten sie abgewaschen und abgetupft werden. Danach sollten sie mit ein wenig Öl (z.B. Olivenöl) eingerieben werden. Dadurch klebt das Fleisch nicht so am Rost fest. Auch salzen ist jetzt schon möglich. Da der Pfeffer auf dem Grill verbrennen würde, sollte vor dem Grill kein Pfeffer verwendet werden. Besonders beim Anbraten von Steaks sollte eine [Grillschürze](#) verwendet werden um die Kleidung zu schützen.

Der Grill muss auf ca. 250°C aufgeheizt werden. Anschließend sollte der Grill gründlich mit einer [Grillbürste](#) gereinigt werden.

Nun kann es losgehen. Die Steaks sollten nun am besten mit den Fingern auf das Grillrost oder den Sear Grate aufgelegt werden. Bei der Verwendung einer Grillzange sollte darauf geachtet werden, dass das Fleisch nicht gequetscht wird.

Nun sollte man eine Stoppuhr starten (auf dem Grillthermometer oder auf einem Smartphone). Nun wartet man 90 Sekunden ab. Anschließend können die Steaks einmal umgedreht werden. Nun wartet man wieder 90 Sekunden ab. Wenn kein Sear Grate eingesetzt wird, können die Steaks zwischendurch um 45° oder 90° gedreht werden, um ein schönes Grillmuster zu erzeugen.

Anschließend ist das Anbraten der Steaks fertig.

DAS EIGENTLICHE GAREN

Die Temperatur des Grills sollte nun auf ca. 170-200° verringert werden und die Steaks sollten nun nicht mehr über der direkten Hitze liegen. Die Steaks können am besten auf eine höhere Ebene gelegt werden. Der Sensor des Grillthermometers sollte nun in die Mitte des **kleinsten** Steaks geschoben werden. Die Grillhaube wird nun auch geschlossen. Nun wartet man ab, bis das Grillthermometer eine Kerntemperatur von 52°C (medium) anzeigt. Für Rare oder Well Done haben die meisten Grillthermometer vorgespeicherte Temperaturen (die allerdings meist zu hoch sind). Wenn die gewünschte Kerntemperatur erreicht ist, können die Steaks vom Grill genommen und mit Fleur de Sel und Kräuterbutter serviert werden.

Fertig! Guten Appetit!

Sehr schön sieht es aus, wenn die Steaks noch tranchiert werden (siehe Bild).



PORTERHOUSE (ODER T-BONE)-STEAK

ZUTATEN:

- 1 Porterhouse oder T-Bone-Steak
- Fleur de Sel
- Olivenöl
- Kräuterbutter
- Rosmarinzweige



WERKZEUGE:

- [Grillzange](#)
- [Grillthermometer](#) mit Stoppuhr
- Grillschale

YOUTUBE-VIDEO-ANLEITUNG: **[HTTPS://YOUTU.BE/EBP09EAXXG](https://youtu.be/EBP09EAXXG)**

VORBEREITUNG UND ANBRATEN

Zuerst sollte das Porterhouse- oder T-Bone-Steak abgewaschen und abgetupft werden. Anschließend sollte es mit etwas Olivenöl und den Rosmarinzweigen eingerieben werden. Danach kann es z.B. mit Salt-Flakes gesalzen werden.

Danach muss das Steak bei direkter Hitze (ca. 250°C) von beiden Seiten ca. 90 Sekunden angebraten werden. Dazu sollte eine Stoppuhr verwendet werden.

DAS EIGENTLICHE GAREN

Anschließend sollte der Grill auf 170°-200°C runtergeregelt und das Grillgut bei indirekter Hitze und einem Grillthermometer mit geschlossener Grillhaube auf die Wunschtemperatur gegart werden. Das kann man in einer Grillschale machen und wieder etwas Rosmarin mit reinlegen. Im Grillthermometer kann dabei z.B. „Medium“ ausgewählt werden. Da die Temperaturen des Thermometers meist nicht stimmen, sollte eine etwas niedrigere Kerntemperatur gewählt werden.

Wenn die gewünschte Kerntemperatur erreicht ist, kann das Steak vom Grill genommen und mit Kräuterbutter und Fleur de Sel serviert werden.

Guten Appetit!



BBQ-CHEESE-BURGER

ZUTATEN (FÜR EINEN BURGER):

- 1x Hamburger Brötchen ([Golden Toast - American Hamburger](#))
- 2EL Spezial-Sauce (siehe unten)
- 1 Scheibe Zwiebeln (am besten rote)
- 3EL in Scheiben geschnittenen Eisbergsalat
- 1 Scheibe Cheddar-Käse (Kerrygold herzhaft)
- 150-180gr. Rinder-Hackfleisch-Patty
(Bio-Hackfleisch vom Metzger mit [Burgerpresse](#) pressen)
- 3 Gewürzgurkenscheiben
- 1 Scheibe Tomate
- 1-2 Bacon-Scheiben (Frühstücks-Bacon)
- [Mississippi Barbecue Sauce](#)
- Etwas Butter, Zucker und Öl (Oliven- oder Sonnenblumen-Öl)

ZUTATEN (SPEZIAL-SAUCE):

- 5EL Mayonaise
- 2EL French Dressing
- 1EL Gurkenrelish
- 1TL Zucker
- 1TL gehackte Zwiebeln
- 1TL Essig
- 1TL Tomatenketchup
- 1/2TL Salz

WERKZEUGE:

- [Grillwender](#)
- [Grillthermometer](#) mit Stoppuhr
- Mixer
- Kochtopf
- [Burger-Press](#)

ZUBEREITUNG DER SPEZIAL-SAUCE

1. Alle Zutaten der Spezial-Sauce in einen Mixer geben und gut durchmischen
2. Danach alles in einen Topf geben und kurz aufkochen (30-60 Sekunden), dabei gut rühren (Alternativ für 30 Sekunden in der Mikrowelle erhitzen)
3. Die Sauce in eine Schüssel geben und in den Kühlschrank stellen
4. 10 Minuten vor der Verwendung wieder aus dem Kühlschrank nehmen

ZUBEREITUNG DES BURGERS

- Die Burger-Patties aus dem Hackfleisch mit einer [Burger-Press](#) pressen und mit etwas Öl einreiben (damit sie nicht auf dem Grill ankleben)
- Das Hamburger-Brötchen aufschneiden und beide Seiten mit Butter beschmieren und etwas zuckern (der Zucker karamellisiert im Ofen und verhindert das Eintreten von Fett ins Brötchen)
- Die Burger-Patties auf dem Grill von beiden Seiten mit direkter Hitze (250°) jeweils 90 Sekunden anbraten
- Anschließend die Burger-Patties bei indirekter Hitze (170-200°) nach Wunsch medium oder well done braten (ggf. [Grillthermometer](#) benutzen)
- 5 Minuten vor dem Fertigbaren der Burger-Patties die Brötchenhälften mit der Innenseite auf den Grill legen
- Auch den Bacon mit auf den Grill legen (direkte Hitze) und eine Scheibe vom Cheddar-Käse auf das Burger-Pattie legen
- Nachdem der Käse auf dem Burger-Pattie verlaufen und der Zucker auf dem Brötchen leicht karamellisiert ist, kann es mit dem Belegen des Burgers losgehen:
- **Belegungsreihenfolge:** Burger-Brötchen-Unterseite, 2EL Spezial-Sauce, 3EL Eisbergsalat-Streifen, 2-3 Gewürzgurkenscheiben, Burger-Pattie mit Cheddar-Überzug, 1 Scheibe Zwiebel, 1 Scheibe Tomate, 1 Scheibe Bacon, BBQ-Sauce, Burger-Brötchen-Oberseite

Fertig! Guten Appetit!



SCHWEINE-FILET

ZUTATEN:

- Ein Schweinefilet
- Fleur de Sel
- Olivenöl

WERKZEUGE:

- [Grillzange](#)
- [Grillthermometer](#) mit Stoppuhr
- ([Sear Grate](#))



VORBEREITUNG UND ANBRATEN

Das Schweinefilet sollte vor dem Zubereiten Zimmertemperatur annehmen und abgewaschen und abgetrocknet werden. Auch sollte es leicht mit Olivenöl eingerieben werden.

Als nächstes sollte der Grill auf 250°C aufgeheizt und gereinigt werden. Danach kann das Schweinefilet aufgelegt werden. Nach ca. 90 Sekunden sollte es einmal umgedreht werden. Wenn noch einmal 90 Sekunden vergangen sind, sollte die Temperatur des Grills auf 170-200°C heruntergeregelt und das Grillgut indirekt weiter gegart werden.

Beim Garen sollte ein [Grillthermometer](#) verwendet werden, um das Schweinefilet je nach Geschmack medium oder „Well Done“ zu garen. Die meisten Grillthermometer haben vorgegebene Werte für Medium und „Well Done“. Meist sollte man dieser aber nach unten korrigieren.

Wenn das Schweinefilet die gewünschte Kerntemperatur angenommen hat, kann es vom Grill genommen, tranchiert und mit etwas Fleur de Sel serviert werden.

Fertig! Guten Appetit!



Vielen Dank für Ihr Interesse am STAR-BBQ Grillbuch. Dieses Grillbuch wird stetig weiterentwickelt und um weitere Rezepte und Grillanleitungen erweitert. Gerne können Sie uns Ihr Feedback (Positives, Negatives oder Verbesserungsvorschläge) per Email zukommen lassen. Wir werden dieses gerne in der nächsten Version des Grillbuchs berücksichtigen. Neue Versionen des Grillbuchs stellen wir einmaligen Käufern von STAR-BBQ-Produkten im PDF-Format kostenfrei zur Verfügung. Kontaktieren Sie uns dazu bitte einfach.