



Gegrilltes Rib-Eye Steak mit Knoblauch-Garnelen (Beef & Reef)

Dieses Rezept kombiniert ein saftiges, perfekt gegrilltes Steak mit aromatischen Riesengarnelen, verfeinert mit einer selbstgemachten Kräuterbutter und Chimichurri.

Vorbereitungszeit: 20 Min.

Grillzeit: 15-20 Min.

Portionen: 2

Zutaten:

Für das Beef (Steak)

2 dicke Rib-Eye Steaks (je ca. 250-300g)

Grobkörniges Meersalz & frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Etwas Olivenöl

Für das Reef (Garnelen-Spieße)

8-10 Riesengarnelen (geschält und entdarmt, Schwanzsegment kann bleiben)

2 EL Olivenöl

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

Saft einer halben Zitrone

1 TL frische Petersilie, gehackt

Salz & Pfeffer

Holz- oder Metallspieße (Holzspieße vorher 30 Min. wässern)

Für die Kräuterbutter

100g weiche Butter

1 Knoblauchzehe, fein zerdrückt

1 EL gemischte Kräuter (z.B. Thymian, Rosmarin, Petersilie), fein gehackt

Eine Prise Salz

Optionale Beilagen (wie im Bild)

Grüner Spargel

Kirschtomaten an der Rispe

Sourdough-Brot (Röstaromen vom Grill)

Chimichurri-Sauce*



**Zubereitung:**

1. Vorbereitung: Die Steaks ca. 30-60 Minuten vor dem Grillen aus dem Kühlschrank nehmen, damit sie Zimmertemperatur annehmen. Auf direkter, hoher Hitze (ca. 250-280°C) grillen.
2. Kräuterbutter herstellen: Die weiche Butter mit Knoblauch, Kräutern und Salz mischen. Eine Rolle in Frischhaltefolie formen und diese kalt stellen, bis sie fest ist.
3. Garnelen marinieren & spießen: Olivenöl, Knoblauch, Zitronensaft, Petersilie, Salz und Pfeffer mischen. Die Garnelen darin wenden und auf die Spieße (ca. 4-5 pro Spieß) stecken.
4. Steaks grillen: Die Steaks leicht mit Olivenöl bestreichen und kräftig salzen. Die Steaks auf den heißen Grillrost (direkte Hitze) legen. Dann zwei Brenner in der Mitte aus, und indirekt auf 54 Grad Kerntemperatur ziehen.
5. Garnelen grillen: Die Garnelenspieße in den letzten 4-5 Minuten der Steak-Grillzeit ebenfalls auf den Grill legen. Ca. 2 Minuten pro Seite grillen, bis sie rosa und glasig sind.
6. Ruhephase: Die Steaks vom Grill nehmen und ca. 5-8 Minuten auf einem Brett ruhen lassen, locker mit Alufolie bedeckt. Die Steaks erst jetzt pfeffern.

Anrichten: Die Steaks aufschneiden (optional); die Garnelenspieße daneben legen. Eine Scheibe der kalten Kräuterbutter auf das heiße Steak geben. Alles mit dem gegrillten Gemüse, Brot und Chimichurri servieren.

***Schnellanleitung für die Chimichurri-Sauce (für 4 Personen):**

- 1 rote Chilischote
- 2 Knoblauchzehen
- 1 großes Bund frische Petersilie
- 100 ml Olivenöl
- 50 ml Weißweinessig
- Salz, frisch gemahlener Pfeffer
- 25 g getrockneter Oregano

Die Chilischote halbieren und fein hacken. Die Knoblauchzehen abziehen und in eine Schüssel pressen. Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blättchen fein hacken. Olivenöl, Weißweinessig, Salz, Pfeffer, Oregano, Petersilie und die gehackte Chilischote zu den Knoblauchzehen geben und verrühren. 100 ml warmes Wasser dazugeben und gut verrühren. Fertig!





Feta-Zucchini-Päckchen

Weil der Sommer vor der Tür steht, haben wir direkt einen Tipp für euch, der garantiert besser ankommt als der klassische Gemüsespieß.



Zutaten:

Zucchini (möglichst gerade gewachsen; geht aber auch mit den krummen.)

Feta

Honig

Chili (Pulver, aber besser Flocken)

Rosmarin

Olivenöl (möglichst raffiniert)

Pinienkerne nach Geschmack

Zitrone

So geht's:

- Feta in Würfel schneiden, mit Honig und Chili nach Geschmack würzen.
- Zucchini mit dem Sparschäler in Streifen hobeln und den Feta darin kreuzweise einwickeln.
- Kurz mit Rosmarin-Öl* bepinseln, mit den offenen Enden der Zucchini nach unten und ab auf den Rost, bis die Zucchini Grillstreifen hat.
- Für den Crunch sorgen nach dem Grillen ein paar geröstete Pinienkerne über den Päckchen.
- Ein Spritzer frischer Zitronensaft direkt vor dem Servieren hebt die Schwere des Fetas auf.

Einfach, effektiv und ein echter Gamechanger.

*Schnellanleitung für das Rosmarin-Öl:

- 3–4 frische Rosmarinzweige grob zerkleinern. Das setzt die ätherischen Öle sofort frei.
- Die Kräuter zusammen mit ca. 150 ml hitzebeständigem Öl (z. B. Rapsöl, Sonnenblumenöl oder Olivenöl) in einem kleinen Topf oder einer gusseisernen Grillpfanne für 10-15 Minuten sanft erwärmen. Das Öl darf nicht kochen oder rauchen, da der Rosmarin sonst verbrennt und bitter schmeckt.
- Abkühlen lassen und nutzen.
- Das fertige Öl direkt mit einem Pinsel (oder für die Show mit einem Rosmarinzweig) auf das Grillgut streichen.

Aroma-Upgrade: Zusätzlich eine zerdrückte Knoblauchzehe, ein paar Chiliflocken oder etwas Zitronenabrieb mit in den Topf geben.

Als Marinade: Fleisch, Grillgemüse, Feta oder Kartoffeln kurz vor dem Grillen oder direkt währenddessen mit dem warmen Öl bestreichen.



Gegrillte Jakobsmuscheln mit Wakame-Algensalat

Edler Genuss in 20 Minuten: Zarte gegrillte Jakobsmuscheln treffen auf knackigen, asiatischen Wakame-Algensalat. Schnell zubereitet und perfekt für dein nächstes kulinarisches Highlight!

Vorbereitungszeit: ca. 15 Min.

Grillzeit: 5 Min.

Portionen: 2

Zutaten

Für die Jakobsmuscheln:

6-8 große Jakobsmuscheln (frisch, gereinigt und trocken getupft)

1 EL Olivenöl

Eine Prise Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 EL Butter

Optional: etwas Zitronensaft zum Beträufeln

Für den Wakame-Algensalat:

20g getrocknete Wakame-Algen (ergeben ca. 100g eingeweicht)

1 EL Reisessig

1 EL Sojasauce

1 TL Sesamöl

1 TL Zucker oder Honig

1 TL gerösteter Sesam (weiß und/oder schwarz)

Optional: fein geschnittene Frühlingszwiebeln





Zubereitung:

Der Wakame-Algensalat

1. Wakame-Algensalat zubereiten: Die getrockneten Wakame-Algen in eine Schüssel geben und mit reichlich kaltem Wasser bedecken. Ca. 5-10 Minuten quellen lassen, bis sie weich und vollständig rehydriert sind.
2. In der Zwischenzeit das Dressing vorbereiten: Reisessig, Sojasauce, Sesamöl und Zucker/Honig in einer kleinen Schüssel glatt rühren.
3. Die eingeweichten Algen gründlich abspülen und gut ausdrücken (das Wasser entfernen). In mundgerechte Stücke schneiden, falls sie zu groß sind.
4. Die Algen mit dem Dressing mischen und den gerösteten Sesam sowie die Frühlingszwiebeln daruntermischen. Den Salat kurz beiseite stellen (mindestens 5 Minuten), damit die Aromen durchziehen können.

Die Jakobsmuscheln

1. Die Jakobsmuscheln auf einem Teller auslegen und gut trocken tupfen. Beidseitig leicht mit Meersalz und Pfeffer würzen und dünn mit Olivenöl bestreichen.
2. Den Grill (oder eine Grillpfanne) auf hohe Hitze vorheizen.
3. Die Jakobsmuscheln auf den heißen Grillrost legen. Nicht bewegen, damit sie eine schöne Grillkruste bekommen. Ca. 2-3 Minuten grillen, bis sie goldbraune Streifen haben.
4. Wenden und auf der anderen Seite weitere 1-2 Minuten grillen. In den letzten 30 Sekunden ein Stück Butter auf die Muscheln geben und schmelzen lassen. Die Muscheln sollten innen noch leicht glasig sein.

Anrichten

Einen großzügigen Löffel des Wakame-Algensalats auf einem Teller anrichten. Die gegrillten Jakobsmuscheln direkt daneben platzieren.

Optional: Mit frischem Zitronensaft beträufeln und etwas zusätzlichem geröstetem Sesam garnieren.

Guten Appetit!





Gegrillter Caesar Salad

Ein gegrillter Caesar Salad ist ein absoluter Gamechanger! Das Grillen verleiht dem Römersalat tolle Röstaromen und eine ganz leichte Süße, während das Innere des Salats knackig und frisch bleibt.



Zutaten

(für 2 Personen als leichter Sommersnack oder für 4 Personen als Beilage)

Für den Salat:

2 feste Römersalatherzen (Mini-Romana-Salat)
2 EL Olivenöl (zum Bestreichen)
50 g Parmesan (am Stück, für Späne)

Für die Croutons:

1 Baguette oder Ciabatta (für die Croutons) oder Bauernbrot (s. Tipp unten)

Für das Original-Dressing:

1 frisches Eigelb
2 Sardellenfilets (in Öl, fein gehackt)
1 kleine Knoblauchzehe (fein gerieben)
1 TL Dijon-Senf
1 Spritzer frischer Zitronensaft
ca. 50–70 ml neutrales Pflanzenöl (oder mildes Olivenöl)
2 EL Parmesan (fein gerieben)
Salz & frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

So geht's:

Das Dressing

Nimm den Stabmixer. Der ist bei diesem Dressing die absolute Geheimwaffe! Das geht schnell und gelingt garantiert, ohne dass die Mayonnaise gerinnt.

Hier ist der **30-Sekunden-Stabmixer-Trick**, wie du das Caesar-Dressing in genau 30 Sekunden mit dem Stabmixer perfekt emulgierst. Wichtig: Der Becher sollte idealerweise nur minimal breiter sein als der Kopf deines Stabmixers.

Die Reihenfolge im Becher: Gib alle Zutaten für das Dressing (Eigelb, gehackte Sardellen, Knoblauch, Senf, Zitronensaft und das komplette Öl) zusammen den hohen, schmalen Mixbecher.

Stell den Stabmixer ganz unten auf dem Boden des Gefäßes auf.

Schalte den Mixer auf höchste Stufe ein und bleibe für etwa 5 Sekunden starr auf dem Boden stehen. Du wirst sehen, wie sich unten sofort eine weiße, dicke Mayonnaise bildet.

Ziehe den Stabmixer nun ganz langsam und gleichmäßig nach oben. Dadurch ziehst du das restliche Öl von oben nach und nach hinein.

Sobald du oben angekommen bist, ist das Dressing perfekt cremig! Danach rührst du einfach nur noch den geriebenen Parmesan mit einem Löffel unter.



Die Croutons

Schneide das Brot in Würfel, beträufel es mit etwas Olivenöl und röste es in einer Pfanne (oder in einer Grillschale auf dem Grill) goldbraun und knusprig an.

Tipp: Bauernbrot eignet sich fantastisch für Croutons und ist eine prima Resteverwertung für Brotreste.

Bauernbrot bringt im Vergleich zu Baguette oder Ciabatta ein paar entscheidende Vorteile mit. Durch den Roggenanteil und den Sauerteig im Brot bekommen die Croutons ein viel kräftigeres, herzhafteres Aroma, das genial zum cremigen Knoblauch-Sardellen-Dressing passt. Die Kruste vom Bauernbrot wird beim Rösten herrlich kross, und die Krume bleibt im Kern oft noch minimal saftig.

Da das Bauernbrot meist kompakter und schwerer ist als Weißbrot, schneide die Würfel am besten einen Tick kleiner (ca. 1 bis 1,5 cm). Wenn du die Rinde dranlässt, hast du super viel Crunch – falls sie dir zu hart ist, schneide sie einfach vor dem Würfeln ab.

Röste die Croutons einfach mit gutem Olivenöl und vielleicht einer angeprügelten Knoblauchzehe in der Pfanne goldbraun an. Du wirst es lieben!

Der Salat

Heize den Grill auf hohe, direkte Hitze vor.

Halbiere die Römersalatherzen längs. Wichtig: Den Strunk nicht herausschneiden, sonst fallen die Blätter auseinander! Wasche die Hälften vorsichtig und schüttel sie extrem gut trocken. (Vielleicht hast du auch eine Salatschleuder.)

Die Schnittflächen dünn mit Olivenöl bepinseln und mit einer Prise Salz bestreuen.

Lege die Salathälften mit der Schnittfläche nach unten für ca. 1 bis 2 Minuten auf den heißen Grill, bis sie deutliche Grillstreifen haben. Einmal kurz wenden und für weitere 30 Sekunden grillen. Der Salat soll außen leicht verkohlt, aber innen noch knackig und kühl sein.

Anrichten

Lege die warmen Salathälften mit der Grillseite nach oben auf den Teller. Träufle das cremige Caesar-Dressing großzügig darüber, verteile die knusprigen Croutons darauf und hobele zum Schluss reichlich Parmesanspäne darüber.

Wenn der Hunger etwas größer ist: Grill parallel zum Salat noch ein paar Hähnchenbruststreifen oder Riesengarnelen und serviere sie dazu.

Der Clou für den Caesar Salad

Anstatt am Ende frischen Zitronensaft über den Salat zu träufeln, press einfach mal eine gegrillte Zitrone direkt über dem fertigen Teller aus. Das gibt dem Ganzen den absoluten Kick und passt perfekt zu den Röstaromen des Salats.

Probier es unbedingt mal aus – einfach die Zitronenhälften mit der Schnittfläche nach unten für 3–4 Minuten mit auf den Rost legen, bis sie leicht gebräunt sind.



Klassisches Texas Beef Brisket

Stundenlang im rauchigen Smoker gegart, außen schwarz und würzig, innen butterzart: Das klassische Texas Brisket zergeht auf der Zunge.



Zutaten (für viele Personen je nach Hunger oder ca. 150-200 g pro Person)

3–4 kg Rinderbrust (Full Packer Brisket)
3 EL grob gemahlener schwarzer Pfeffer
2 EL grobes Meersalz
1 TL Knoblauchpulver

Zubereitung

1. Das Brisket von überschüssigem Hard-Fat befreien und gleichmäßig auf etwa 6 mm Fettauflage trimmen.
2. Salz, Pfeffer und Knoblauch mischen und das Fleisch von allen Seiten gründlich damit einreiben (Dalmatiner Rub).
3. Den Smoker auf ca. 110–120 °C mit Eichenholz einregeln.
4. Das Brisket 10–12 Stunden smoken, bis eine Kerntemperatur von ca. 93 °C erreicht ist und das Fleisch butterweich ist. Vor dem Tranchieren mindestens 1 Stunde in Butcher Paper ruhen lassen.



Memphis Style Baby Back Ribs

Saftige Baby Back Ribs mit feurigem Dry Rub, rauchig-zart im Smoker gegart und perfekt karamellisiert. Ein echter BBQ-Traum!



Zutaten (für 4 Personen)

2 Stränge Schweinerippchen (Baby Back Ribs)
3 EL Memphis Dry Rub (Paprika, brauner Zucker, Knoblauch, Zwiebel, Selleriesalz)
100 ml Apfelsaft zum Besprühen
BBQ-Sauce nach Wahl zum Glasieren

Zubereitung

1. Die Silberhaut auf der Rückseite der Rippchen mit einem Löffelstiel lockern und abziehen.
2. Den Dry Rub großzügig auf beiden Seiten verteilen und leicht andrücken.
3. Bei 120 °C indirekter Hitze auf den Grill legen. 3 Stunden im Rauch garen, dabei gelegentlich mit Apfelsaft besprühen.
4. Die Ribs in Alufolie mit etwas Butter und Apfelsaft wickeln und 2 Stunden dämpfen. Anschließend auspacken, mit BBQ-Sauce glasiert weitere 30 Minuten knusprig fertig grillen.



Gegrilltes Tomahawk Steak mit Kräuterbutter

**Mächtig, saftig und perfekt geknuspert:
Das Tomahawk-Steak kröntst du mit schmelzender Kräuterbutter für den ultimativen Fleischgenuss !**



Zutaten (für 4 Personen)

- 1 Tomahawk Steak (ca. 1 kg)
- Grobes Meersalz & frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 2 EL Kräuterbutter
- 2 Zweige Rosmarin & Thymian

Zubereitung

1. Das Steak 1 Stunde vor dem Grillen aus dem Kühlschrank nehmen und reichlich salzen.
2. Den Grill für zwei Zonen vorbereiten: direkte hohe Hitze (250 °C+) und indirekte Hitze (110 °C).
3. Das Steak über der direkten Hitze von jeder Seite 2–3 Minuten scharf anbraten, um eine kräftige Kruste zu erzeugen.
4. In die indirekte Zone legen, mit Kräuterbutter und Kräuterzweigen belegen und ziehen lassen, bis eine Kerntemperatur von 54 °C (Medium Rare) erreicht ist.



Lachsfilet auf der Zedernholzplanke

Zartes Lachsfilet auf rauchiger Zedernholzplanke, veredelt mit Ahornsirup und feinem Dill. Ein aromatischer Genuss wie am Meer!



Zutaten (für 4 Personen)

- 1 frische Lachsseite mit Haut (ca. 800 g)
- 1 Zedernholzplanke (zuvor 2 Std. in Wasser eingeweicht)
- 2 EL Ahornsirup
- 1 EL grober Senf
- Zitronenscheiben & frischer Dill

Zubereitung

1. Ahornsirup und Senf verrühren und die Oberseite des Lachsfilets damit bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Die eingeweichte Holzplanke direkt über die Hitze legen, bis sie leicht zu knistern und zu rauchen beginnt.
3. Die Planke in die indirekte Zone verschieben (ca. 180 °C Grilltemperatur) und den Lachs darauf platzieren.
4. Bei geschlossenem Deckel 15–20 Minuten garen, bis das Eiweiß leicht austritt und der Lachs im Kern noch saftig ist.
5. Mit Zitronenscheiben garnieren.



Griechische Hähnchen-Souvlaki Spieße

Zarte Hähnchen-Souvlaki-Spieße, mariniert in Olivenöl, Zitrone und Oregano. Über Holzkohle gegrillt, duften sie herrlich nach dem Sommerurlaub!



Zutaten (für 4 Personen)

600 g Hähnchenbrustfilet (in Würfel geschnitten)
4 EL Olivenöl
Saft 1 Zitrone
2 Zehen Knoblauch (gepresst)
1 EL getrockneter Oregano
Holzwurzelspieße (eingeweicht, sonst klebt das Fleisch am Spießchen)

Zubereitung

1. Aus Olivenöl, Zitronensaft, Knoblauch, Oregano, Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren.
2. Die Hähnchenwürfel darin mindestens 2 Stunden (am besten über Nacht) marinieren.
3. Das Fleisch dicht auf die Spieße stecken.
4. Bei mittlerer bis hoher direkter Hitze 8–10 Minuten unter regelmäßigem Wenden goldbraun und durchgegrillt garen.
5. Mit Tsatsiki und Fladenbrot servieren.



Gegrillte Nektarinen mit Burrata und Parmaschinken

Ein süß-herzhaftes Geschmackserlebnis, das den Sommer perfekt einfängt und in weniger als 10 Minuten auf dem Tisch steht.



Zutaten

(für 2 Personen als leichter Sommersnack oder für 4 Personen als Beilage)

3 reife, aber feste Nektarinen (halbiert und entkernt)
1 Kugel frischer Burrata-Käse
1 Paket Parmaschinken (oder Serrano-Schinken)
Ein paar Zweige frischer Rosmarin oder Thymian
Etwas flüssiger Honig und hochwertiger Balsamico-Essig
Olivenöl, Salz und grober Pfeffer

So geht's:

Die Nektarinenhälften rundherum mit etwas Olivenöl einreiben.

Mit der Schnittfläche nach unten auf den heißen Grill legen und ca. 3 bis 4 Minuten grillen, bis sie weich sind und Grillmuster zeigen.

Die Nektarinen auf einer Platte anrichten. Die Burrata in Stücke zupfen und auf und zwischen den warmen Nektarinen verteilen.

Den Parmaschinken locker darum drapiert anlegen.

Das Ganze mit etwas Honig, ein paar Tropfen Balsamico, Olivenöl sowie grobem Pfeffer und gezupftem Rosmarin verfeinern.

Wusstest du schon? Büffelmozzarella und Burrata: Die wichtigsten Fakten

Beide italienischen Käsesorten sehen weiß aus und sind sehr beliebt, unterscheiden sich aber grundlegend.

- Büffelmozzarella: Wird aus gehaltvoller Büffelmilch hergestellt, ist durchgehend fest, elastisch und schmeckt säuerlich-würzig (ideal zum Schmelzen).
- Burrata: Wird überwiegend aus Kuhmilch produziert. Sie hat eine feste Mozzarella-Hülle mit einem flüssig-sahnigen Innenleben, der Stracciatella (perfekt für den kalten Genuss).

Das dunkle Geheimnis des weißen Goldes: Büffelmozzarella in der Kritik

Die konventionelle Massenproduktion steht wegen massiver Tierwohl-Probleme (enge Ställe, fehlende Abkühlung für die Tiere, vernachlässigte männliche Kälber) und Umweltschäden in der Kritik. Alternativen sind Bio-Produkte, kleinere Höfe oder Kuhmilch-Varianten.