



Gegrillte Gemüsevariationen



Karotten mit Petersilien-Basilikum-Pesto

Zutaten: ½ kg dünne Karotten; Pesto: 1 Handvoll Petersilie, 1 Handvoll Basilikum, einige Minzeblätter, 50 g Sonnenblumenkerne, 2 Zehen Knoblauch, 6 EL Öl, 1-2 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Karotten waschen und in einem Topf mit Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren. Kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Für das Pesto die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett unter Rühren hellbraun rösten, im Mixer oder Mörser (eventuell auch mit dem Pürierstab) fein mahlen. Basilikum, Minze und Petersilie fein hacken und zu den Sonnenblumenkernen geben. Knoblauchzehen schälen, pressen und mit den Kräutern vermischen. Öl und Zitronensaft zugeben und alles gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Karotten mit Öl bestreichen und bei direkter mittlerer Hitze grillen, bis sie weich, aber noch bissfest sind. Mit dem Pesto servieren.

Champignons in Chilimarinade mit Frühlingszwiebel-Limettensauce

Zutaten: 1 Becher Champignons; Chilimarinade: 2 scharfe und 1 milde fein gehackte Chilischote, 4 EL Öl, 1 EL Zitronensaft, 1 Handvoll gehackte Petersilie, 2 fein gehackte Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer; Limettensauce: 1 Becher Sauerrahm, 1 Becher Joghurt, 3-4 fein gehackte Frühlingszwiebeln, ½ fein geriebene Schale einer Bio-Limette, 1 EL frisch gepresster Limettensaft, 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Zutaten für die Chilimarinade gut miteinander verrühren. Die Champignons putzen und in die Marinade geben. 2-3 Stunden kalt stellen. Aus der Marinade nehmen und die Champignons auf Spieße stecken. Bei mittlerer Hitze grillen, bis sie weich sind. Für die Limettensauce alle Zutaten in einer Schüssel verrühren.

Grüner Spargel mit Zitronen-Vinaigrette

Zutaten: 1 Bund Spargel; Vinaigrette: 2 EL Apfelessig, 1 EL fein gewürfelte Schalotte, 2 TL fein geriebene Schale einer Bio-Zitrone, 1 TL Senf, 4 EL Olivenöl, ½ TL Salz, ½ TL Pfeffer

Zubereitung: Essig, Schalotte, Zitronenschale und Senf in einer kleinen Schüssel mit dem Schneebesen verrühren. Das Öl unterschlagen, bis die Vinaigrette zu einer Emulsion bindet. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vom grünen Spargel die Enden wegschneiden und eventuell schälen, falls er etwas holzig ist. Spargelstangen mit einigen Esslöffeln Vinaigrette beträufeln. Den Spargel bei mittlerer Hitze ca. 6-8 Minuten grillen. Spargel auf einem Teller anrichten und die restliche Vinaigrette darauf verteilen.

aus „Weber's Grillbibel“, Jamie Purviance, GU

Gegrillte Zwiebeln mit Apfelchutney

Zutaten: 4 große Zwiebeln; Chutney: 1,5 kg säuerliche Äpfel, 400 g Zwiebeln, 120 ml Apfelsaft, 250 g Zucker, 2-3 EL gehackte Apfelminze, 3 scharfe Chilischoten, 1 TL Salz, 1 EL Curry, 300 ml Apfelessig, 1 Zimtstange

Zubereitung: Zwiebeln mit Schale in der Hälfte auseinanderschneiden. Mit der Schnittfläche auf den Grill legen, bis die Schnittflächen gut angeröstet sind (ca. 2-5 Minuten). Danach die Zwiebeln auf die Schalenseite legen und bei indirekter Hitze ca. 30 Minuten grillen, bis die Zwiebel weich und saftig ist.

Für das Chutney die Chilischoten fein hacken. Äpfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und ebenfalls fein würfeln. Äpfel und Zwiebeln in einem großen Topf mit Apfelsaft und Zucker kochen, bis die Äpfel zerfallen. Dann die übrigen Zutaten dazugeben und alles nochmals 30 Minuten bei mittlerer Hitze zu einem dicken Brei kochen. Die Zeit individuell anpassen - es kommt auf die Apfelsorte an. Zimtstange entfernen und die Masse kochend heiß in Twist-off-Gläser füllen und verschließen. Ergibt ca. 6 kleine Gläser.

Das Chutney ist ca. 6 Monate haltbar und kann für weitere Grillfeste verwendet werden. Es schmeckt auch hervorragend zu gegrilltem Hühnerfleisch, Bratwürstel oder Erdäpfel.