

Grill-Rezepte

Adi Matzek die Jury bei der Grill-Weltmeisterschaft.



Asia-Wok vom Grill mit frischen Garnelen

ZUTATEN: Garnelen, Zuckerschoten, roter Paprika in Streifen, Sojasprossen, Chinakohl, Sojasauce, Austernsauce, süße Chilisauce

ZUBEREITUNG: Garnelen in etwas Sojasauce marinieren. Den Wok-Einsatz oder eine passende Wok-Pfanne aus Gusseisen (keinesfalls Aluminium verwenden, denn dieses hält der Hitze im Grill nicht stand) im Kugelgrill erhitzen, die Garnelen darin scharf angrillen, herausnehmen und warm halten.

Nun nacheinander Zuckerschoten, Paprikastreifen, Sojasprossen und Chinakohl in den Wok geben und unter ständigem Rühren anbraten. Mit Sojasauce, Austernsauce und Chilisauce würzen, alle Zutaten im Wok kräftig miteinander vermengen und zum Schluss die Garnelen unterheben und kurz alles noch einmal erhitzen. Die Wahl der Chilisauce ist dem persönlichen Geschmack überlassen - dieses Gericht schmeckt sowohl in der scharfen als auch in der süßlichen Variante.



Adis feine Chicken Wings

ZUTATEN: 2 Zehen Knoblauch, 4 Chilischoten, 2 Zitronen, 4 EL Honig, 1/4 l süße Chilisauce, Salz, schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen, 16 Hühnerflügel

ZUBEREITUNG: Den Knoblauch schälen und pressen, die Chilischoten entkernen und fein hacken. Wer es sehr scharf liebt, verwendet auch die Kerne. Die Zitrone auspressen und den Saft mit dem Honig, der Chilisauce, den gepressten Knoblauchzehen und dem Chili vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Marinade in einen mittelgroßen Tiefkühlsack geben und die Hühnerflügel darin mindestens sechs



Stunden, am besten über Nacht, marinieren.

Vor dem Grillen die Hühnerflügel aus der Marinade nehmen und auf dem Grill bei indirekter mittelhoher Hitze, also ca. 200 bis 220°C rund 30 bis 35 Minuten grillen. Vor dem Servieren in Alufolie eingeschlagen einige Minuten rasten lassen.

