

Dach-Grill 26. Juni 2021



Tomaten-Erdbeer-Shot mit Basilikum
Schwarze-Linsen-Mango-Salat
Couscous-Salat mit Grilltomaten und Mais
Basilikum-Petersilien-Marinade
Schweinssteak mit Kräutern und Zitrone
Lammspiesse mit Ras-el-hanout
Aprikosenschnitten

Tomaten-Erdbeer-Shot mit Basilikum

4 Personen

Zutaten

250 g Erdbeeren für die Suppe
100 g Erdbeeren zum Garnieren
400 g Tomaten
2 EL Olivenöl
1 TL rote Pfefferbeeren
1/2 l Gemüsebrühe, warm
Salz
1 Bund Basilikum

Zubereitung

Tomaten am Strunk sternförmig einschneiden, mit kochendem Wasser überbrühen und ein paar Minuten stehen lassen. Kalt abschrecken, die Schale abziehen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Die 250 g Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Tomaten würfeln und mit den Erdbeeren in einen Topf geben. Roten Pfeffer im Mörser zerdrücken und hinzufügen. Mit der warmen Gemüsebrühe aufgiessen und pürieren. Mit Salz abschmecken.

Die Erdbeeren für die Garnitur waschen, in Scheiben schneiden und zusammen mit den Basilikumblättchen auf die Suppe legen.

Schwarze-Linsen-Mango-Salat

4 Personen

Zutaten

1 Granatapfel
2 Dosenschwarze Linsen à 240 g
2 kleine rote Zwiebeln
1 Peperoncino
2 Limetten
5 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
1Mango
½ Bund Koriander

Zubereitung

Granatapfel rundum ein-, aber nicht durchschneiden. In eine Schüssel mit Wasser geben, darin aufbrechen. Kerne im Wasser auslösen und von den Häutchen trennen. Häutchen von der Wasseroberfläche abschöpfen. Wasser abgiessen. Granatapfelkerne abtropfen und beiseite stellen.

Linsen abgiessen, abspülen und abtropfen lassen. Zwiebeln halbieren und in feine Spalten schneiden. Peperoncino entkernen und in feine Streifen schneiden. Von den Limetten wenig Schale abreiben, Limette auspressen. Alles zusammen mit dem Öl verrühren. Linsen mit dem Dressing mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mango schälen, vom Stein und in Scheiben schneiden. Korianderblätter vom Stiel zupfen. Granatapfelkerne, Mangoschnitze und Koriander mit den Linsen anrichten.

Couscous-Salat mit Grilltomaten und Mais

6 Personen

Zutaten

2 Maiskolben

200 g grober Couscous

Salz

350 g Rispen-Cherry-Tomaten

2 EL Olivenöl

½ TL Salz

2 Bio-Zitronen, halbiert

5 EL Olivenöl

2 TL getrockneter Rosmarin

1 TL Knoblauchpulver

¾ TL Salz

wenig Pfeffer

250 g Snack-Gurken, in Scheibchen

½ Bund Pfefferminze, zerzupft

½ Bund Dill, zerzupft

Zubereitung

Blätter und Fäden von den Maiskolben entfernen. Maiskolben im siedenden Salzwasser ca. 8 Min. kochen, kalt abspülen, abtropfen.

Couscous (mit gleicher Menge Salzwasser aufkochen, je nach Sorte ca. 5 Minuten ziehen lassen) in eine Schüssel geben.

Maiskolben und Tomaten mit Öl bestreichen, salzen. Tomaten in eine Grillschale legen, mit den Maiskolben und Zitronenhälften bei geschlossenem Deckel über mittelstarker Glut / auf mittlerer Stufe (ca. 200 °C) rundum ca. 15 Min. grillieren. Gemüse vom Grill nehmen.

Den Saft der grillierten Zitronen auspressen, mit dem Öl, Rosmarin und Knoblauch in einer Schüssel verrühren, würzen.

Körner mit einem Messer von den Maiskolben schneiden. Sauce unter den Couscous mischen, Maiskörner mit den grillierten Tomaten, Gurken und Kräuter dazugeben.

Basilikum-Petersilien-Marinade

1 dl

Zutaten

1 Bund Basilikum, grob geschnitten
½ Bund glattblättrige Petersilie, grob geschnitten
2 EL Baumnußkerne, geröstet, grob gehackt
1 Knoblauchzehe, grob gehackt
3 EL Olivenöl
½ TL Pfeffer
¼ TL Fenchelsamen

Zubereitung

Basilikum mit allen Zutaten bis und mit Fenchelsamen in einem Mixglas pürieren.

Tipp

Fleisch mit $\frac{2}{3}$ der Marinade bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank mind. 2 Std. (idealerweise über Nacht) marinieren. Marinade abstreifen, Fleisch salzen, grillieren, mit der restlichen Marinade bestreichen.

Schweinssteak mit Kräutern und Zitrone

4 Personen

Zutaten

2 Bund gemischte Kräuter, z. B. Oregano, Thymian

1 Zitrone

2 EL Olivenöl

Fleur de sel

4 Schweinshalssteaks à ca. 180 g

Zubereitung

Schweinshalssteak mit Basilikum-Petersilien-Marinade marinieren (min. 2 Stunden kühlstellen).

Kräuterblättchen von den Stielen zupfen. Zitronenschale fein abreiben. Mit Öl verrühren. Mit Fleur de sel abschmecken.

Grill auf 200 °C vorheizen. Steaks beidseitig bei mittlerer Hitze ca. 8 Minuten grillieren. Mit Kräuter-Mischung servieren.

Lammspiesse mit Ras-el-hanout

4 Personen

Zutaten

2 EL Olivenöl
1 Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
5 EL Pinienkerne
500 g gehacktes Lammfleisch
2 TL Ras-el-hanout
2 TL getrocknete rosa Rosenblütenblätter
Salz
Schwarzer Pfeffer
18 kurze Holz- oder Metallspiesse

Minze-Chutney

zwei Hände frische Pfefferminzblätter
2 TL Zucker
2 Zitronen, Saft
2 Äpfel, geschält, fein gerieben

Zubereitung

Holzspiesse min. 30 Minuten in Wasser einweichen.

Öl in einer Pfanne auf dem Herd erhitzen. Zwiebel und Knoblauch zufügen und 7 Minuten bei schwacher Hitze anbraten. Pinienkerne dazu geben und ca. 5 Minuten mitbraten oder bis die Mischung sich leicht golden färbt. Abkühlen lassen.

Minze-Chutney zubereiten: Pfefferminzblätter fein hacken, Zucker, Zitronensaft und geriebener Apfel zufügen und umrühren.

Grill heizen. Gehacktes Lammfleisch in eine grosse Schüssel geben und Ras-el-hanout und Rosenblätter zufügen. Die abgekühlte Zwiebelmischung darüber geben und Salz und Pfeffer zufügen. Mit den Händen gut mischen, zu 18 Kugeln formen und aufspiesen. Die Kugeln gleichmässig garen.

Tipps

Servieren mit 150 ml griechischem Joghurt gemischt mit 1 1/2 TL Harissa mit Rosenblättern.

Aprikosenschnitten

12 Portionen

Zutaten

9 Eiweiss
360 g gemahlene Mandeln
240 g Puderzucker
225 g Mehl
1 TL Backpulver
150 g Butter, geschmolzen
3 EL fein abgeriebene Orangenschale
1 kg Aprikosen, halbiert und entsteint
100 g Zucker

Zubereitung

Eiweiss, Mandeln, Puderzucker, Mehl, Backpulver und Orangenschale zu einem glatten Teig rühren. Aprikosen und Zucker vermischen. Den Teig in eine gefettete Auflaufform (ca. 25 x 35 cm) füllen und mit den Aprikosen belegen.

Im 180 Grad heissen Ofen 40 -45 Minuten backen.