



Leckerbissen

Rezepte unserer Leser

GRILLZEIT



Frankfurter
Neue Presse

Höchst
Kreisblatt

Nassauische
Neue Presse

Taunus
Zeitung



Trend-Rebsorte Grauburgunder zum Entdeckerpreis



- DEUTSCHLAND/PFALZ
2020 Grauburgunder Réserve
Weingut Bernhard Koch
- DEUTSCHLAND/RHEINHESSEN
2020 Grauburgunder,
@Stefan Winter
- DEUTSCHLAND/NAHE
2020 Grauer Burgunder
Fass 10
Weingut Marx
- DEUTSCHLAND/NAHE
2020 Vis a Vis
Grauer Burgunder
Friedrich Becker Jr
- DEUTSCHLAND/BADEN
2021 Grauburgunder
Weingut Kopp
- DEUTSCHLAND/RHEINHESSEN
2021 Grauburgunder
Weingut Becker-Landgraf



Jetzt scannen und direkt bestellen
Exklusiv über die kostenlose Hotline 0800 72 33 974
oder über www.moevenpick-wein.de/tastingbox

Gültig bis 30. Juni 2022, solange Vorrat.
Versandkosten € 5,95, ab € 120 Bestellwert versandkostenfrei.

Das Paket beinhaltet 6 Flaschen à 75 cl

€ **49,90**

statt € 71,90 1L € 11,09



Liebe Leserinnen und Leser,

BBQ-Zeit! Für viele von uns gehört Grillen so selbstverständlich zum Frühling und Sommer wie Vogelgezwitscher, Sonnencreme oder die Freibad-Saison. Einige Hartgesottene lassen sich selbst bei ungemütlichem Winterwetter nicht von diesem ganz speziellen Genuss abhalten. Kein Wunder – bedeutet Grillen doch so viel mehr als die reine Essenszubereitung. Heiße Kohlen und würzige Aromen, es hat fast etwas Archaisches, den Grill anzuschmeißen. Aber längst ist das keine reine Männerdomäne mehr! Und ebenso wenig muss es immer nur das Steak, die Bratwurst oder der Käse sein. Inzwischen gibt es jede Menge vegetarische Rezepte für feinste Gaumenfreuden. Selbst gegrillte Nachspeisen sind bei kaum einem Event mehr wegzudenken.

Ob Gas, Kohle, Elektro oder in der angesagten Outdoor-Küche – Grillen macht Laune, Appetit und sorgt für Geselligkeit. Manchmal wird es sogar richtig zeremoniell, wie beim argentinischen Asado zum Beispiel, da erntet der Grillmeister am Ende Applaus.



Grund genug, unser Genussmagazin „Leckerbissen“, gemeinsam mit unserem Sponsor REWE, dieses Jahr dem Grillen zu widmen. In all seinen Formen, mit köstlichen Rezepten unserer Leserinnen und Lesern und spannenden Ratgeber-texten.

Für jeden Geschmack ist etwas dabei: für Zuckerschnuten ebenso wie für Fischliebhaber, für Vegetarier und Gemüsefans – und für diejenigen unter Ihnen, für die ein Medium-Rare-Steak einfach das Nonplusultra bleibt! Wie wäre es zum Beispiel einmal mit gegrillter Avocado oder einem Halloumi-Burger? Für eine exotische Geschmacksexplosion sorgen die balinesischen Fischspieße unserer Leserin. Ach ja, und dann gibt es natürlich noch jede Menge Fleisch. Von Reh Rücken bis Pulled Pork, von Roastbeef bis Paella – lassen Sie es sich so richtig schmecken!

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Angrillen und guten Appetit!

Ihr Team der RheinMain.Media



Dips & Marinaden

Andis Marinade	7
Schafskäse-Dip	8
Bärlauchpesto	9
Kräuterquark	10
Radieschen-Aufstrich	11
60-Sekunden-Dips	12
Marinade für Grillfleisch	13

Check zum Saisonstart	14
-----------------------	----

Beilagen & Salate

Bunter Rettichsalat	17
Italienischer Nudelsalat	18
Harzer Käse-Salat	19
Bohnensalat	20
Im Speckmantel schmeckt's immer	21
Tellerpfirsich-Spieß à la Erik und Oma	22
Krautsalat-Mix	23
Chicoréesalat mit Orangen	24
Wildkräutersalat und Kräuterdip	25

Grilltrends 2022	26
------------------	----

Fleisch

Saftiger Rehrücken vom Grill	29
„Intermezzo Bavaria“	30
Pulled Pork	31
Paella Valenciana	32
Hamburger und Cheeseburger	33
Roastbeef mit Parmesan	34
Gegrillte Hähnchenschenkel	35

Asado – ein Genuss in sechs Akten	36
-----------------------------------	----

Fisch

Forelle auf dem Apfelweinbrett	39
Saté Lilit (Balinesische Fischspieße)	40
Zitronenlachs mit grünem Spargel	42
Thunfisch mit Möhren-Ingwer-Püree	43
Flammlachs	44

Grillgenuss mit Gemüse und Obst	45
---------------------------------	----

Vegetarisch

Halloumi-Burger mit Grillgemüse	47
Gegrillte Avocado mit Feta und Salsa	48
Gemüsespieße vom Grill	49
Vegetarische Schaschlikspieße	50
Gegrillte Aubergine „Hellas“	51

Mehr als Schnittkäse	52
----------------------	----

Gemeinsam Genießen	53
--------------------	----

Dessert

Fruchtiges Erdbeersorbet	55
Dessert-Päckchen	56
Erfrischendes Mango-Lassi	57
Mango-Tiramisu	58
Wassermelonen- und Ananas-Spieß	59

Passendes zum Grillvergnügen	60
------------------------------	----

Gut Ising am Chiemsee	62
-----------------------	----

101 Genussorte in Frankfurt	64
-----------------------------	----

Interview mit Mövenpick	65
-------------------------	----

Impressum	66
-----------	----



Anzeige



SUNFLOWER

GARTENCENTER MARKTHALLE RESTAURANT

Bei Sunflower finden Sie das komplette Weber-Sortiment auf einer großen Ausstellungsfläche. Egal, ob Sie auf Holzkohle oder Gas schwören, hier gibt es alles, was Ihr Grill-Herz höher schagen lässt.

Als autorisierter Weber Experience World Händler bieten wir Ihnen neben umfassender Beratung auch einen herausragenden Service wie z.B. Lieferung, Aufbau, Reinigung und Reparatur.

BESUCHEN SIE UNS
AUCH ONLINE!



ENTDECKE, WAS MÖGLICH IST

**JETZT DAS WEBER-SORTIMENT
ENTDECKEN UND BERATEN LASSEN!**

5

An der A 661 | Am Martinszehnten 15 | 60437 Frankfurt | Telefon 069/500049-0 | www.sunflower-gartencenter.de



Dips & Marinaden



Andis Marinade *von Andi Kammann*

Zubereitung

Den Knoblauch in kleine Würfel hacken und diesen dann mit allen anderen Zutaten in einer Schüssel gut verrühren.

Das Fleisch damit dick bestreichen und mindestens 3 Stunden einziehen lassen.

Zutaten für 8 Portionen

200 g Rapsöl
3 Knoblauchzehen
200 g Tomatenmark
150 g Ketchup
50 g Senf
200 g Honig
3 EL Kräuter der Provence
20 g Essig
40 g Sojasauce
1 TL Salz
1/2 TL Pfeffer

Die Marinade passt sehr gut zu Nackensteaks, Spareribs oder Geflügel.



Anzeige

ONLINE-SHOP  WWW.BIRKENHOF-BRENNEREI.DE

TRADITIONELL
FEINE SPIRITUOSEN
holz fassgereift



Birkenhof
Wir
brennen
selbst
Brennerei
seit 1848



Schafskäse-Dip von Lisa Pauly

Zutaten 8 Portionen

1 Bund Basilikum
200 g Feta
100 g Tomatenmark
100 g weiche Butter
1/2–1 TL Salz
1 Prise Pfeffer

Zubereitung

Das Basilikum klein hacken.
Feta in kleine Stücke schneiden
und dann mit dem Tomatenmark
und der weichen Butter vermengen.
Diese Masse gut verquirlen.

Den Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken.





Zutaten 4 Portionen

20 – 30 frische
Bärlauchblätter
2 EL Pinienkerne
1 EL Parmesan,
frisch gerieben
300 ml Olivenöl
1 Prise Meersalz
Gläser, je nach Größe
etwas Olivenöl zum
Abfüllen

Zubereitung

Den Bärlauch waschen und grob hacken. Die Pinienkerne in einer Pfanne rösten. In einem hohen Gefäß Bärlauch, Pinienkerne und Parmesan mit dem Pürierstab zerstoßen, dabei stetig Olivenöl zugießen und mit Meersalz abschmecken.

Das Bärlauchpesto anschließend in saubere Gläser füllen, mit einer dünnen Schicht Olivenöl abdichten und die Gläser gut verschließen.



Foto: Societäts-Verlag



Die Hesse koche
von Daniel Gross und
Sascha Scherer
Herausgeber: Societäts-Verlag
Gebundene Ausgabe: 208 Seiten
ISBN-10: 3955423867



**Tipp**

Dieses Rezept
schmeckt auch sehr
gut mit laktosefreien
Zutaten!

**Zubereitung**

Den Dill von den Stängeln abzupfen und den Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden.
Den Speisequark mit dem Frischkäse und dem Mineralwasser verrühren.
Die Kräuter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten
4 Portionen

6 Stängel Dill
1/2 Bund Schnittlauch
250 g Speisequark (20%)
200 g Frischkäse
60 g Mineralwasser
1/2–1 TL Salz
1 Prise Pfeffer

REWE




Radieschen- Aufstrich von Doris Meyer

Zutaten

3 EL Kresse
oder 3 EL Schnittlauch
80 g Radieschen
200 g Frischkäse
1/2 TL Salz
1 Prise Pfeffer

Zubereitung

Die Kresse von den Wurzeln entfernen und waschen.
Oder wer es lieber mit Schnittlauch mag, wäscht diesen und
schneidet ihn in kleine Röllchen.

Die Radieschen säubern und in kleine Stifte schneiden.

Den Frischkäse zu den Radieschen und den Kräuter geben
und mit einen halben Teelöffel Salz und etwas Pfeffer würzen.





60-Sekunden-Dips von Edith Gärtner

Zutaten

Variante 1

125 g Quark
150 g Joghurt

Variante 2

125 g Quark
mit Ayran/Milch/Sahne
(deren Konsistenz anpassen)

Zubereitung

Jeweils zusammenrühren. Fertig.

Etwas zu dick? Verdünnen, entweder mit Ayran (etwas salziger) oder (Schlag-)Sahne (etwas süßer) oder Milch (ziemlich neutral).

Nach der Grundmasse kann beliebig gewürzt werden. Die Möglichkeiten sind mannigfaltig und schier endlos. Hier einige Beispiele:

- Den Inhalt einer Tüte Salatkräutermischung oder alternativ aus dem Kräuter-Mix-Streuer dazu geben (ob italienische Mischung, Küchen- oder Gartenkräuter liegt am eigenen Geschmack).
- Mango-Chutney für einen süßsauren Geschmack. Oder Senf und Minze, Marmelade und Essig, Curry und Ananas ...
- Lieber herzhaft? Dann Pesto nach Gusto hinzufügen oder Paprikamark/Tomatemark und dazu die gefriergetrockneten Kräuter aus dem Glas.
- Ketchup oder Senf geben dem Ganzen eine andere Farbe und ergänzen Früchte oder Kräuter.
- Schauen Sie sich in Ihrer Küche um, was sonst noch da ist. Anchovis? Trockenpilze? Ananas? Gewürzgurken? ... Werden Sie kreativ und probieren Sie einfach aus, was Ihnen schmeckt.

Länger dauert es, wenn statt den Fertigmischungen frische Kräuter selbst gehackt und untergerührt werden. Das geht selbstverständlich auch. Fein gewürfelt kann sogar der ganze Gemüsegarten mit hineingegeben werden, von Zwiebeln und Schlotten bis zu Karotten und Paprika. Insgesamt aber nicht mehr als eine Handvoll, sonst hat man hinterher eher Salat mit Quarksoße als einen Dip.





Marinade für Grillfleisch

von Anton Bittner

Zutaten

60 g Olivenöl
20 g Weißweinessig
2 Knoblauchzehen
40 g Senf
20 g Honig
2 TL Salz
1 TL Curry
1 TL Pfeffer

Zubereitung

Den Knoblauch pressen und mit Essig, Öl und allen Gewürzen gut vermischen.

Das Grillfleisch mit der Würzmischung einreiben und in einer Auflaufform oder Schüssel schichten.

Eine Folie darüber decken und über Nacht ziehen lassen.



REWE



Anzeige



Machen Sie Ihren Garten zum Grillparadies

Auf einer großen Verkaufsfläche bieten wir Ihnen eine riesige Auswahl an Pflanzen und Zubehör sowie elegante Gartenmöbel und Accessoires für Terrassen und Balkone. Damit sind gemütliche Grillabende garantiert.

Besuchen Sie uns!

www.immogarten.de

069 373915
Silostraße 59–63, Frankfurt
ImmoGarten.

GARPA
GARTENMÖBEL
Verkaufsausstellung
Beratung & Verkauf
im OG

Check zum Saisonstart

Den Gasgrill fit machen

Undichte Stellen erkennen, richtig ausbrennen: Bevor zum Auftakt der BBQ-Saison die ersten Würstchen auf dem Gasgrill landen, sollten Outdoor-Brutzler das Gerät reinigen und auf Schäden überprüfen.

Wenn die Grillsaison beginnt, versteht sich eine richtige Reinigung von selbst, aber auch eine kleine technische Durchsicht gehört zur Vorbereitung des Gasgrills. Vor allem, wenn das Gerät längere Zeit nicht in Betrieb war oder über den Winter im Freien stand, sollten Gasschlauch, Druckregler und Anschlüsse überprüft werden. Das rät der Deutsche Verband Flüssiggas (DVFG).

Hat der Gasschlauch zum Beispiel Haarrisse oder poröse Stellen, sollte er getauscht werden. Auch der Druckminderer darf nicht beschädigt sein. Die Anschlussventile müssen frei von Partikeln und Fremdkörpern sein. Sind Schlauch

oder Druckregler schon zehn Jahre im Einsatz, müssen sie laut DVFG ebenfalls gewechselt werden. Entsprechende Angaben zu Herstellungs- oder Austauschjahr finden sich in der Schlauchanleitung oder am Schlauch selbst.

Schlauch gut prüfen – auf Bläschen achten

Undichte Anschlüsse lassen sich laut DVFG mit einem einfachen Trick aufspüren. Ein Gemisch aus Spülmittel und Wasser zu gleichen Teilen wird dazu auf die Schlauchverbindungen aufgetragen. Entstehen bei geöffnetem Ventil Blasen und zischt es, sind sie undicht. Alternativ können Hobby-Grillmeister zu einem Lecksuchspray aus dem Fachhandel greifen.

Zur gründlichen Reinigung des Gasgrills werden etwaige Fett- und Grillgutreste auf höchster Stufe bei geschlossenem Deckel verbrannt und Rost und Brennerabdeckung mit einer Grillbürste von Ruß- und Ascheresten befreit, sobald der Grill wieder abgekühlt ist. Um den Grill innen und außen sowie die Fettauffangschale zu reinigen, kommen erneut Wasser und Spülmittel zum Einsatz. Denn aggressive Reiniger oder Scheuermittel können die Oberflächen angreifen – und damit den Grillspaß trüben.



Facts rund ums Grillen

So brutzelt Deutschland

Grillen gehört im Sommer zu den beliebtesten Freizeitbeschäftigungen der Deutschen: Ob im eigenen Garten oder auf der Terrasse, im Park oder am Badensee, ein geeigneter Ort für den Grill findet sich fast überall.

97 %
der Deutschen
grillen gerne¹

Durchschnittlich
13 Mal
im Jahr wird
gegrillt²

rund
1,2
Milliarden Euro
werden jährlich für
Grillfleisch ausgegeben¹

über
200.000
Tonnen Bratwurst
werden in Deutschland
jährlich
gegessen²

rund
38 %
grillen auch im
Winter!¹

89,7 %
besitzen einen
eigenen Grill¹

Die beliebtesten Grillmonate
sind Juni, Juli und August²

Holzkohle erfreut sich der
größten Beliebtheit¹

Lieblingsgetränk zum Grillen
und veredeln: Bier!¹

¹ Quelle: Statista

² Quelle: markt.de

**Beilagen
& Salate**



Bunter Rettichsalat

aus dem Buch
"Die Hesse koche"

Zutaten für 4 Personen

2 Stangen weißer
Rettich
250 ml Rote-Bete-Saft
200 ml Wasser
100 g Zucker
1 TL Curcuma

Marinade:

250 g Sauerrahm
1 TL Essig
1 TL Öl
Salz, Pfeffer
1 EL Schnittlauch, fein
geschnitten
1 EL Gartenkresse
Abrieb einer
Bio-Zitrone

Zubereitung

Den Rettich waschen,
schälen und anschließend am
besten mit einer Aufschnittma-
schine in dünne Scheiben schneiden.
Ein Drittel der Rettichscheiben in dem Rote-
Bete-Saft einlegen.

Für den zweiten Teil einen Topf mit Wasser und Zucker aufko-
chen. Einen Teelöffel Curcuma hinzugeben, alles miteinander
verrühren und abkühlen lassen. Anschließend den kalten
Fond über die Rettichscheiben gießen.

Das letzte Drittel des Rettichs lässt man weiß. Diese Scheiben
mit einem feuchten Tuch abdecken und alles über Nacht kalt
stellen und durchziehen lassen.

Am nächsten Tag den roten und gelben Rettich einzeln durch
ein feines Sieb abgießen und kurz leicht abbrausen. An-
schließend den Rettich (wie auf der Abbildung)
auffächern.

Tipp

Den Rettich be-
reits einen Tag vorher
einlegen, damit er eine
schöne Farbe be-
kommt.

Für die Marinade

Sauerrahm mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer, fein
geschnittenem Schnittlauch, Gartenkresse
und etwas Zitronenabrieb vermischen und
über den gefächerten Rettich träufeln.



Foto: Societäts-Verlag



Zutaten für 4 Personen

250 g Spiralnudeln
250 g Cocktailtomaten
50 g schwarze Oliven
50 g getrocknete Tomaten
2 EL Pinienkerne
3 EL frisch geriebenen
Parmesan
frisches Basilikum zum
Garnieren

Vinaigrette

1 Knoblauchzehe
15 Basilikumblätter
2 EL frisch geriebenen
Parmesan
4 EL natives Olivenöl
2 EL Zitronensaft
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Nudeln in kochen, abgießen und unter kaltem Wasser abschrecken.

Für die Vinaigrette die Basilikumblätter und den Knoblauch fein hacken. Dieses dann mit dem geriebenen Parmesan, dem Olivenöl und dem Zitronensaft vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Tomaten und Oliven halbieren. Die getrockneten Tomaten in Streifen schneiden.

Alle Zutaten unter die Nudeln heben.

Den fertigen Salat mit Parmesan bestreuen und mit Basilikumblättern garnieren.

Tipp

Wenn es schneller gehen soll, kann man den Salat auch mit fertigem Pesto vermengen, anstatt die Vinaigrette selbst zuzubereiten.



REWE



Harzer-Käse-Salat

aus dem Buch
"Die Hesse koche"

Tipp

Als Garnitur eignen sich zudem noch frisch geriebener Apfel und Nüsse.

Zutaten für 8 Personen

2 Stangen Harzer Käse
2 Zwiebeln
2 EL Öl
1 TL Essig (am besten Apfelessig)
1 TL Senf
Pfeffer
Paprikapulver
Kümmel (nach Belieben), gehackt
Eine Handvoll Petersilie, gehackt

Zutaten Beilage

4 Weißbrotscheiben
Etwas Butterschmalz, zum Anbraten

Zubereitung

Zunächst den Käse klein schneiden, die Zwiebeln schälen und anschließend würfeln. Beides mit Öl, Essig, Senf, Petersilie und Kümmel vermischen und mit Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Mindestens 2 Stunden gut durchziehen lassen.

Die Weißbrotscheiben in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz goldgelb anbraten, anschließend halbieren und zusammen mit dem Käsesalat beispielsweise in einem hohen Glas (wie auf dem Bild) garnieren.



Foto: Societäts-Verlag

Anzeige

WIR SIND IHR SPEZIALIST
FÜR OUTDOORKÜCHEN


GRATE N' PLATE
by Küchen Großjohann

Frankfurter Str. 42 - 44 • 63263 Neu-Isenburg

T. 06102 719 84 27 • info@grate-n-plate.de

Öffnungszeiten: Di. bis Fr. 10 - 18 Uhr • Sa. 10 - 16 Uhr

VEREINBAREN SIE JETZT IHREN
PERSÖNLICHEN BERATUNGSTERMIN

Weitere Infos finden Sie unter grate-n-plate.de

Bohnensalat

aus dem Buch
"Die Hesse koche"

Zutaten für 4 Personen

700 g grüne Bohnen
300 g gelbe Bohnen
3 EL Bohnenkraut
2 Zwiebeln
5 EL Essig
3 EL Öl
5 TL Zucker
2 TL Salz
Pfeffer

Zubereitung

Die Bohnen waschen, putzen und klein schneiden. In kochendem Salzwasser zusammen mit dem Bohnenkraut ca. 6 – 8 Minuten kochen (die Bohnen dürfen nicht zu weich werden).

In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen, fein schneiden und zusammen mit dem Essig, Öl, Zucker, Salz und Pfeffer daraus eine Marinade zubereiten.

Die heißen Bohnen abgießen und mit der Marinade mischen. Abkühlen lassen, abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen zum Durchziehen.



Die Hesse koche
von Daniel Gross und
Sascha Scherer
Herausgeber: Societäts-Verlag
Gebundene Ausgabe: 208 Seiten
ISBN-10: 3955423867



Im Speckmantel
schmeckt's immer
von Volker Schmitz

Zutaten für 4 Personen

16 Champignons
16 Datteln
32 Bacon-Scheiben

Zubereitung

Die Champignons
putzen und die Stiel-
enden entfernen.

Nun die Champignons und
Datteln in jeweils einer Bacon-
Scheibe einrollen.

Ungefähr 10 Minuten auf
den Grill legen, bis der
Bacon schön knusprig
braun ist.

Alternativ können sie auch
im Backofen (ca. 10 Minuten
bei 200 Grad) oder in einer
Pfanne geröstet werden.

Auch gut schmeckt, wenn man die Datteln ein wenig auf-
schneidet und mit Ziegenfrischkäse füllt.



Anzeige

Ideal auf dem Balkon
und für ToGO mit
praktischer Tragetasche.

Schnell startklar:

- Brenngel
- USB Lüfter
- etwas Kohle.

Schnell und effizient mit dem
Geschmack, aber ohne den
Rauch der Holzkohle grillen.

Starter Set
nur **129,-**

kostenlos dabei:
1 Sack Grillkohle, 1 Flasche
Brennpaste, 1 Grillbürste

Feuerdesign
TISCHGRILL by LIMATEC
Vesuvio Grill



Seit 1879
WAFFEN
DOTZERT
MÜLLER

Solinger Schneidwaren
Eigene Schleiferei
Töngesgasse 21
60311 Frankfurt
Telefon 069 / 28 32 24
www.dotzert.de

**Tellerpfirsich-Spieß
à la Erik und Oma**
von Gabriele Grytz-Farda

Hier ein Lieblingsgericht
für „auf den Grill“ von
meinem Enkel Erik:

Zutaten

für 4 Spieße

4 Tellerpfirsiche
1 Packung
Mini Mozzarella (125g)
50 g Salami
200 g Schinkenspeck
Basilikum
Holzspieße

Zubereitung

Holzspieße wässern. Tellerpfirsiche häuten, halbieren, Kern entfernen. Jeweils einen halben Pfirsich in eine Scheibe Schinkenspeck wickeln.

Mozzarellabällchen abschütten. Eine Scheibe Schinkenspeck auslegen, darauf 1 oder 2 Scheiben Salami und ein Bällchen Mozzarella mit Basilikumblatt legen, aufwickeln.

Nun im Wechsel jeweils zweimal Pfirsichpäckchen, zweimal Mozzarellapäckchen aufspießen und ab auf den Grill.

Tipp

Dazu reicht man
am besten Salat und
Brot.





Zutaten für 4 Personen

Name

300 g Weißkohl
150 g Möhren
1 Apfel (z.B. Braeburn)
50 g Mayonnaise
15 g Weißweinessig
Pfeffer und Salz

Zubereitung

Den Weißkohl und die Möhren schälen und klein schneiden.

Den Apfel waschen, das Kerngehäuse entfernen und die Apfelspalten würfeln.

Die zerkleinerten Möhren mit den Apfelstücken und dem Weißkohl vermischen.

Die Mayonnaise und den Essig hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



REWE



Chicoréesalat mit Orangen und Walnüssen *von Nita Purohit*

Tipp

Ein Schuss frisch gepresster Orangensaft verfeinert das Dressing zusätzlich.

Zutaten für 2 Personen

2 Chicorée
1 Orange
1 TL Honig
1 EL Balsamico
2 EL Oliven- oder
Walnussöl
eine Handvoll
Walnusskerne –
alternativ geröstete
Mandelblättchen
Salz und Pfeffer

Dieser Salat ist erfrischend, gesund und soooo lecker!

Zubereitung

Den Chicorée waschen und in Streifen schneiden, Strunk entfernen. Die Orange schälen, filetieren und in kleine Stücke schneiden. Wenn man Mandelblättchen nimmt: ohne Fett in der Pfanne kurz rösten, bis sie hellbraun sind. Ansonsten Walnusskerne klein hacken.

Für das Dressing Balsamico, Honig, Öl und Gewürze gut vermischen. Dann den Chicorée, die Nüsse und die Orangenteile ins Dressing geben und etwa 20 Minuten ziehen lassen.

REWE





Zutaten

Wildkräutersalat

Radieschen (in feine Scheiben raspeln)

Dressing

2 EL Olivenöl
1 TL Dijonsenf
1 EL Himbeeressig
Salz und Pfeffer

Käuterdip

250 g Quark 40%
250 g Griechischer Joghurt
1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Bärlauch
2 Frühlingszwiebeln
2 EL Zitronensaft
Salz und Pfeffer

Zubereitung Wildkräuter- salat

Den Wildkäuter-salat gibt es bereits fertig gemischt in der Markthalle von Sunflower und die gut sortierte Essig- und Ölauswahl lädt zum Experimentieren und neuen Kreationen ein.

Zubereitung Käuterdip

Die Kräuter fein hacken und einen Teil für die Garnitur beiseite legen. Die restlichen Kräuter mit Quark, Joghurt und Zitronensaft untermischen sowie abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Fotos:
Weber-Stephen
Deutschland
GmbH



Tipp

Am besten schmeckt der Dip, wenn er 2–3 Stunden durchgezogen ist.



Frisches vom Rost!

Das sind die heißesten Trends in diesem Jahr

Nackensteak mit Nudelsalat? Klingt lecker! Doch wer immer nur auf die Klassiker setzt, läuft Gefahr, jede Menge Köstliches zu verpassen. Zum Glück wird die Grillsaison 2022 experimenteller, grüner, weiblicher und smarter – und damit so abwechslungsreich wie nie. Entdecken Sie mit uns die heißesten Trends des Jahres.

Frauen erobern die Grillbastion

Feuer machen und Fleisch brutzeln: Was so archaisch nach Männerdomäne klingt, liegt immer öfter in weiblicher Hand. Denn zunehmend entdecken auch Frauen ihre Liebe zum Grill und nutzen ihn – typisch! – besonders kreativ. Nämlich nicht nur zum Braten, sondern auch zum Kochen und Backen. Möglich machen das moderne Grills, die so vielseitig einsetzbar sind wie Herd und Ofen in der Küche.



Grilltrends 2022

Vielfältiger Genuss

Große Grillflächen, wie man sie immer häufiger sieht, machen das Grillen noch abwechslungsreicher. Dort ist neben Fleisch und Fisch auch viel Platz für Vegetarisches, denn natürlich ist der Veggie-Trend auch im Grillbereich spürbar angekommen. Links auf dem Rost das Steak, rechts ein Räucherbrett mit Lachs, Frisches im Gemüsekorb und daneben die Gussplatte mit Pfannkuchen als Dessert. Dazu ein knackiger Salat – und fertig ist ein ganzes Menü.

Grillen in der Stadt

Der Grill erobert derzeit nicht nur die Einfamilienhöfe. Auch Grillen auf dem Balkon, im Stadtpark oder auf dem Campingplatz liegt voll im Trend. „Kleinere Gas- und Elektrogrills gehen bei uns gerade durch die Decke“, sagt Joachim Weber, Geschäftsführer von Grillfürst, dem größten Grillfachhändler Deutschlands. „In 2021 hat sich der Verkauf unserer kleinen Gasgrills verdrei-



facht. Kein Wunder: Die Geräte sind nicht nur flexibel und mobil, sie können mit den großen Grills auch locker mithalten. Das kommt vor allem bei urbanen Grillfans gut an.“

Grillen wird smarter

Auf den Punkt garen, dafür gibt es eine stetig wachsende Auswahl digitaler Grillhelfer. Neben smarten Thermometern, die eine Überwachung der Temperatur via Funk, WLAN oder Bluetooth ermöglichen, nutzen Grillprofis neuerdings smarte Gasgrill-Steuerungen. Das sogenannte „Grill Control“ regelt automatisch die Temperatur des Gasgrills. Möglich machen das ein Temperaturfühler und ein smarter, akkubetriebener Adapter für den Drehregler des Grills. Sensationell!

Die Küche ins Freie holen

Direkt auf der Terrasse den Salat zubereiten, das Gemüse schnippeln, das Grillgut würzig einreiben und natürlich Fleisch, Fisch und Gemüse grillen: Wer Platz hat, wertet sein Zuhause mit einer kompletten Outdoorküche auf. Grillfürst beispielsweise hat mehrere Küchenmodule im Programm, die sich nach Herzenslust zur Freiluft-Traumküche zusammenstellen lassen.





Fleisch





Saftiger Rehrücken vom Grill von Marc Pallentin

Zutaten für 4 Personen

Ganzer Rehrücken
(ausgelöst, ohne
Knochen, sind es dann
die Stränge)
200–300 g Frühstück-
Bacon

Marinade

1 EL Rosmarin
(gehackt)
1 EL Thymian (gehackt)
1 EL getrocknete Majo-
ranblätter (gehackt)
1 TL Pfefferkörner
(grob gemahlen)
1 TL Salz
1 TL Wildgewürz
3 EL mittelscharfer Senf
3 EL Olivenöl

Zubereitung

Als Erstes wird die
Marinade zubereitet. Da-
für die Kräuter ordentlich waschen, trock-
nen und fein hacken und mit den grob ge-
mahlenen Pfefferkörnern mischen und mit
Senf und Olivenöl vermengen.

Die beiden Rückenstränge ebenfalls ordentlich
waschen und trocknen (am besten mit einem Küchen-
tuch abtupfen) und nun zusammen mit der Marinade in eine
Schüssel geben. Fleisch und Marinade ausgiebig und gründ-
lich vermengen und im Anschluss in Frischhaltefolie einrol-
len, gut verschließen und dann das Paket für einige Stunden
in den Kühlschrank legen. Gern auch über Nacht, sodass das
Fleisch ausreichend durchmariniert.

Im nächsten Schritt die Rückenstränge aus der Frischhaltefolie
wieder entnehmen und vollständig mit Frühstück-Bacon
überlappend umwickeln. Idealerweise ist der Rehrücken voll-
ständig bedeckt.

Jetzt geht es an den Grill! (Gas-)Grill voll aufheizen bis 250
Grad und den eingewickelten Rücken scharf von allen Seiten
bei direkter Hitze angrillen – der Bacon darf ruhig hier und
da schwarz werden. Danach geht es mit indirekter Hitze wei-
ter. Das Fleisch in die indirekte Zone legen, die Grillthermo-
meter-Enden an der dicksten Stelle in die Rückenstücke ste-
cken und so lange indirekt grillen, bis eine Kerntemperatur
von etwa 65 Grad erreicht ist – so bleibt der Kern zartrosa.

Wer es gern „durch“ haben möchte, sollte bis circa 80
Grad durchgrillen.

Ist die Temperatur erreicht, den Rücken
vom Feuer nehmen und für weitere 8
bis 10 Minuten in Alufolie gewickelt
ruhen lassen. Bevor serviert wird,
den (teils angebrannten) Bacon ent-
fernen, Fleisch aufschneiden und
servieren!



„Intermezzo Bavaria“

Tatjana und Martin
Binner



Tipp

Das Gericht kann auch im Backofen zubereitet werden. Als Alternative zum Bergkäse kann auch Parmesan verwendet werden.

Zutaten für 2 Personen

4 Laugenstangen (TK)
1 Bund Radieschen
200 g Obatzter
4 Weißwürste
50 g Bergkäse
Schnittlauch

Zubereitung

Die Laugenstangen auftauen und jeweils 2 Stangen zusammen mit etwas Mehl zu einem länglichen Baguette formen. Nun die gewaschenen Radieschen von der Pelle befreien und die Weißwürste in Scheiben schneiden.

Anschließend den Teig mit Obatzter bestreichen und danach mit den Radieschen und Weißwurstscheiben belegen.

Zum Schluss nur noch den Bergkäse über den Belag reiben und auf dem vorgeheizten Pizzastein platzieren. Dann den Deckel des Grills schließen und bei indirekter Hitze für ca. 30 Minuten bzw. bis zum gewünschten Bräunungsgrad zubereiten (alternativ bei 180 °C Umluft im Backofen).

Zum Schluss noch mit Schnittlauch garnieren und mit einem kühlen Bier genießen.

Guten Appetit!





Pulled Pork

von Michael Nungässer

Zutaten für 4 – 6 Personen

1 – 1,5 kg Schweine-
nacken oder -schulter

Rub-Würzmischung

Paprikapulver
Zucker
Salz
Cayennepfeffer
Kreuzkümmel
Pfefferkörner

Marinade

Fruchtsaft (Apfel oder
Ananas) oder Cider

Zubereitung

Alle Rub-Zutaten miteinander vermischen. Das Fleisch mit dem Trocken-Rub einreiben und in Frischhaltefolie einschlagen, gut verschließen, am besten vakuumieren und für 24 Stunden kalt stellen.

Das Fleisch für 3 Stunden bei 120 °C im Rauch (Räucherbox oder Smoker) indirekt grillen. Dann in Alufolie einschlagen, den Cider oder Saft mit in die Alufolie kippen und gut verschließen. Anschließend 3 Stunden bei 160 °C mit geschlossenem Deckel weiter indirekt grillen. Wenn möglich, danach in einer Kühl-Warmhaltebox mit der Folie noch eine Stunde ruhen lassen.

Bon Appétit!

Tipp

Für den Rub kann genommen werden, was schmeckt, es kann auch ein fertiges Grillgewürz sein.



REWE



Paella Valenciana von Dieter Lauer

Zutaten

ca. 500 g Kaninchenteile
ca. 500 g Hähnchenteile
(Unterschenkel)
60 cl gutes Olivenöl
150 g passierte Tomaten
250 g grüne Bohnen
300 g Paella-Reis
(z.B. Bomba)
1 Liter Hühnerbrühe
1 Zweig frischen
Rosmarin
3 Briefchen Safran
(entspricht 0,3 g)
Salz nach Geschmack

Paella-Pfanne auf den Grill stellen und das Olivenöl in die Pfanne gießen. Das Kaninchen- und Hähnchenfleisch (in kleinen Stücken) hinzufügen und rundherum scharf anbraten. Das Fleisch sollte stellenweise dunkel karamellisiert sein und Röstaromen entwickelt haben.

Die grünen Bohnen hinzufügen und mit anbraten, dann die passierten Tomaten dazugeben. Wenn alles angebraten ist, kommt die Brühe hinein (zuerst einmal die Hälfte) und der Zweig Rosmarin.

Sobald es etwas gekocht hat, den Rosmarin entfernen, den Safran in die Pfanne geben und die Paella salzen. Wenn der Reis etwa 10–15 Minuten lang gekocht hat, die Hitze vom Grill reduzieren und – falls erforderlich – noch etwas Hühnerbrühe hinzufügen. Jetzt so lange weiter auf dem Grill lassen, bis die gesamte Flüssigkeit verdunstet ist.

Lassen Sie die Pfanne noch einige Minuten auf dem Grill stehen, damit der Paella-Reis eine leichte Reiskruste (Socarrat) auf dem Boden der Pfanne bildet.

Gutes Gelingen und que aproveche!



Tipp

Für Meerestier-Liebhaber einfach Kaninchen und Huhn gegen Meerestiere tauschen und mit Gemüse nach Gusto.





Hamburger und Cheeseburger von Kerstin Bremm



Tipp

Die geformten
Burger auf einen Teller le-
gen, mit Frischhaltefolie ab-
decken und für etwa 30 Minuten
in den Kühlschrank stellen.
Dann werden sie beim
Grillen fester.

Zutaten

500 g mageres
Rinderhackfleisch
1/2 kleine rote Zwiebel
2 EL Tomatenketchup
1 TL Senf
Salz und Pfeffer
1 Eigelb

Belag

Tomaten
Salatblätter
Gewürzgurken
Rote Zwiebeln
Ketchup und Senf
6 Scheiben Käse
6 Burger-Brötchen

Zubereitung

Zwiebel schälen und fein würfeln. Hack-
fleisch mit Zwiebelwürfel, Tomatenketchup,
Senf und Eigelb vermengen und mit Pfeffer und
Salz würzen.

Aus der Fleischmischung 6 gleich große Kugeln formen und
dann zu einem etwa 1 cm dicken Burger zusammendrücken.
Die Burger von beiden Seiten grillen, bis sie durch sind.

Den Salat waschen, die Tomaten und die
Gewürzgurken in Scheiben und die
Zwiebel in Ringe schneiden. Die
Burger-Brötchen kurz auf
dem Grill anwärmen. Eine
Hälfte mit Ketchup, die
andere mit Senf bestrei-
chen. Dann nach
Wunsch mit Salatblatt,
Tomaten- und Gur-
kenscheiben, Zwie-
belringen und
Käsescheibe
belegen.



Anzeige



**Trattoria Pizzeria
San Marco Da Valentino**

Orig. italienische Küche – Spezialitäten vom 800°C heißen Lavastein-Grill – Hausgemachte Pasta und Pizza



Waldschulstraße 11 • 65933 Frankfurt Griesheim • Tel. 069 391840

Öffnungszeiten: So.–Fr. 10.30–14.30 Uhr und 17.30–22.30 Uhr, Sa. 17.00–22.30 Uhr



Roastbeef mit Parmesan von Jana Zahn



Zutaten

1 kg Roastbeef
1 Salzstein
Butter
Salbeiblätter

Spargel

1 kg Spargel
4 EL Wasser
1/2 Zitrone
2 Prisen Zucker & Salz
Petersilie

Ravioli-Teig

300 g Semola
3 Eier
2 EL Olivenöl
1 Prise Salz

Ricotta-Trüffel-Füllung

100 g Ricotta
2 EL Trüffelpaste
2 EL Parmesan
1 Prise Salz

Parmesan-Butter Topping

70 g Butter
Pankomehl (ersatzweise
Semmelmehl)
2 EL Parmesan
Thymian

Zubereitung

Das Roastbeef aus der Kühlung nehmen, kalt abspülen, abtupfen und abgedeckt auf Zimmertemperatur bringen. Den Ravioli-Teig kneten und anschließend in Frischhaltefolie 1 Stunde kühlen. Die Ricotta-Trüffel-Füllung zu einer geschmeidigen Masse rühren.

Den Ravioli-Teig ausrollen und füllen. Die Ränder mit Eigelb bestreichen und mit Teig bedecken. Die Ravioli mit einer Form ausstechen und die Ränder mit einer Gabel zusammendrücken.

Die Enden des Spargels entfernen und jeweils 500 g mit 2 EL Wasser, 1 Spritzer Zitrone, 1 Prise Zucker und Salz sowie der Petersilie in Backpapier zu einem Päckchen schnüren. Den Grill bei indirekter Hitze auf 140

Grad vorheizen. Pro Zentimeter Höhe des Fleisches mit etwa 7 Minuten Grillzeit rechnen. Das Fleisch auf den vorgeheizten Salzstein sowie zeitgleich die Spargelpäckchen in den indirekten Bereich geben.

Das Parmesan-Butter-Topping zu einer Masse kneten. Die Ravioli 2 Minuten in kochendes Wasser geben und weitere 3 Minuten ziehen lassen. Den Spargel und den Salzstein mit Roastbeef vom Grill nehmen. Den Grill hochheizen und das Fleisch von jeder Seite 2 Minuten scharf angrillen. Das Fleisch danach in eine Form geben und das Butter-Parmesan-Topping darüber geben.

Den Grill mit Deckel auf 160 Grad herunterkühlen. Eine Pfanne mit Butter und Salbei erhitzen. Die Ravioli in der Pfanne schwenken und mit Spargel und Roastbeef etwa 5 Minuten auf den Rost stellen.





Gegrillte Hähnchenschenkel mit frischen Erbsenschoten

Sunflower / Weber-Stephen

Zutaten

8 Hähnchenkeulen
Erbsenschoten

Marinade

4 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
1 EL flüssiger Honig
200 ml frischer Zitronensaft
4 Knoblauchzehen
Salz
1 TL Paprikapulver
5 EL Olivenöl
1 Prise Cayennepfeffer

Kartoffeln

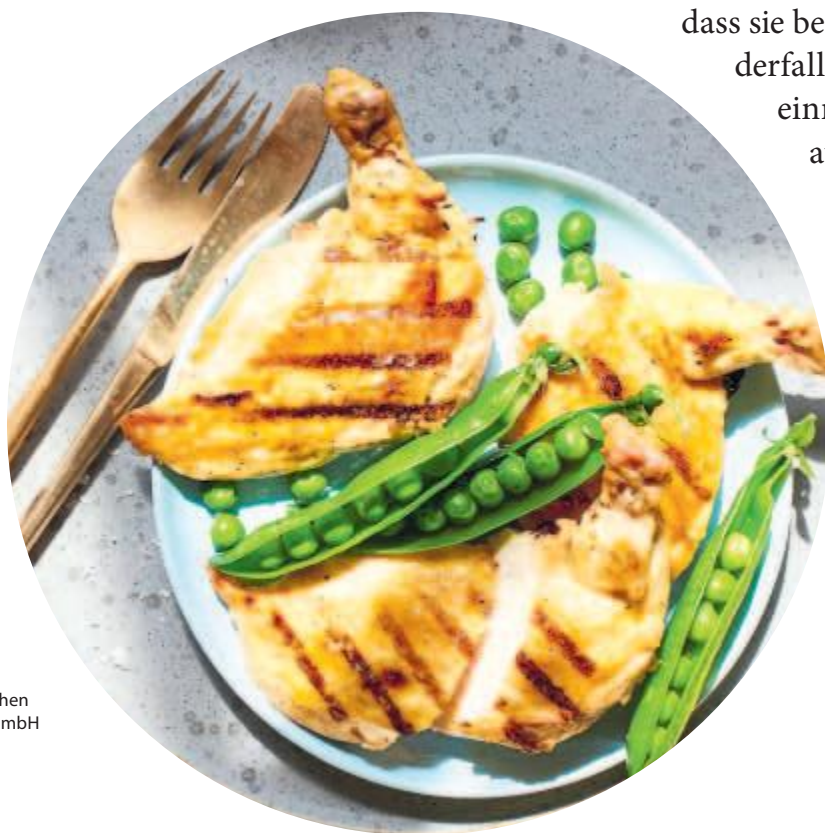
Alle einzelnen Speisen sind herrlich einfach und gut zuzubereiten. Sämtliche Zutaten stammen aus der Markthalle von Sunflower.

Zubereitung

Die Kräuter und den Knoblauch fein hacken und mit den restlichen Zutaten zu einer Marinade vermengen. Danach die Schenkel mindestens 4 bis bestenfalls 7 Stunden lang darin einlegen. Die ungeöffnete Erbsenschoten mit etwas Olivenöl, Salz und Zitronensaft in Alufolie einwickeln und die letzten 10 Minuten zu den Hähnchenschenkeln legen und nach 5 Minuten noch einmal wenden.

Junge Quetsch-Kartoffeln

Die Kartoffeln mit Schale festkochend garen, so dass sie beim Flachdrücken nicht auseinanderfallen. Anschließend mit Olivenöl einreiben, salzen und pfeffern sowie auf dem Planchagrill oder einem normalen Rost anrösten. Danach noch mit grobem Meersalz bestreuen.



Die argentinische Kunst des guten Essens

Das Asado ist ein Genuss in sechs Akten

Die Teilnahme an einem Asado in Argentinien ist viel mehr als der Verzehr des vielleicht besten Fleisches der Welt. Ein Asado ist eine Kunstform, eine inszenierte Choreografie, bei der jeder Gast eine Schlüsselrolle spielt.

Diego Armando Maradona, Lionel Messi, Tango, die Karamellcreme „Dulce de Leche“, der Mate-Tee, das Asado: Die Liste berühmter Persönlichkeiten, Legenden, Tänze und Leckereien der argentinischen Kultur ist lang. Doch was zeichnet das Asado aus? Im Vordergrund steht natürlich der unverwechselbare Geschmack der Grillmahlzeit, aber es dient auch als Anlass für das Zusammenkommen von Freunden und Familien. Es geht um mehr als „nur“ gemeinsam zu essen: Jede Person spielt eine wesentliche Rolle in der Inszenierung und Durchführung des Asado und jeder ist willkommen, am Tisch Platz zu nehmen.

Wichtigste Person des Festmahls ist

der Asador: Er ist der Grillmeister und verantwortlich für die Zubereitung der Speisen am Grill, die Unterhaltung des Publikums und das Servieren der Mahlzeiten. Die aufgetischten Speisen zeigen sich vielfältig: Shortribs, Zwerchfell, Flankenfleisch und Lendensteaks gehören zu den beliebtesten Fleischvarianten. Auch Wurstwaren und Innereien haben ihren großen Auftritt, allen voran Blutwurst, Dünndarm und Bries. Selbst für Vegetarierinnen und Vegetarier gibt es verschiedene Optionen. In der Zwischenzeit deckt der Rest der Anwesenden den Tisch, sorgt für die musikalische Begleitung und kümmert sich um die Getränke. Der kulinarische Ablauf des Asado ist eine Geschichte in sechs Akten.

Vorab kommt die „Picada“

Dieser kleine Snack bezeichnet sozusagen die Vorspeise der Vorspeise und besteht aus kleinen Portionen von Wurstwaren, verschiedenen Käsesorten, ein paar Chips, gesalzenen Erdnüssen und Brot. Zu verstehen ist diese Mini-Mahlzeit als Vorbereitung auf das Asado.



Die Vorspeise: „Chori“

Hierbei handelt es sich um „Chorizo“-Brot, also Grillwurst-Brot oder, wie die Argentinierinnen und Argentinier sagen: das Synonym für Glück in Form eines Sandwichs. Das „Choripán“ (Wurstbrot) ist zu einer nationalen Ikone geworden, die bei keinem Asado fehlen darf und die ideale Vorspeise ist. Stehend oder sitzend, allein oder mit „Salsa Criolla“ – eine Salsa-Soße bestehend aus Paprika, Zwiebeln und Tomaten – oder Chimi-churri-Soße, die klassische argentinische Grillmarinade mit Petersilie, Oregano, Knoblauch, Essig, gemahlener Chilischote und Öl. Chori schmeckt einfach hervorragend.

Gegrilltes Gemüse und Salate

Obwohl Fleisch die Hauptrolle spielt, mangelt es nicht an vegetarischen Alternativen. Am typischsten sind der grüne Salat mit Tomaten, und seine Varianten mit Eiern und rohen Zwiebeln. Die zauberhafte Kombination von Rucola und Parmesan kommt ebenso auf den Tisch wie der Klassiker aus Kartoffeln und Eiern. Neben den Rohkost-Optionen werden weitere vegetarische Beilagen zubereitet: Zwiebeln, Kartoffeln, Süßkartoffeln und Knoblauch werden in Alufolie gewickelt und direkt auf die Glut gelegt. Sie können mit dem Fleisch oder als Hauptgericht gegessen werden.

Ein Applaus für den Grillmeister

Zu Ehren des Grillmeisters findet der „Aplauso para el Asador“ statt. Derjenige, der ihn entgegennimmt, tut dies mit gesenktem Haupt, wohlwissend, dass er vie-



le Menschen glücklich gemacht hat. Anschließend gibt er diesen Applaus von Herzen sowie mit Begeisterung und Entschlossenheit zurück an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer: Als Dank für eine Mahlzeit, für die tollen Momente und Begegnung sowie zur Feier dieser gemeinsamen Erfahrung.

Bevorzugter Tag ist der Sonntag

Eine Sache ist klar: Es ist immer eine gute Zeit, um zu grillen. Das versteht sich von selbst. Aber am zweiten Ruhetag des Wochenendes liegt eine besondere Energie in der Luft. Sonntage sind in Argentinien fast schon patriotische Grilltage und das Feuer für das Asado wird im ganzen Land am Sonntag entzündet.

Die „Sobremesa“

Übersetzt heißt das so viel wie: „Die Zeit, die nach dem Essen am Tisch verbracht wird“. Es ist ein Moment des Dialogs, der Anekdoten, des Lachens, der Kartenspiele und auch für den einen oder anderen Kaffee, wenn noch Platz im Magen ist. Die Sobremesa ist der finale Akt und damit das perfekte Ende für die womöglich besterzählteste, mit Sicherheit aber schmackhafteste Geschichte des Landes.



Fisch





Forelle auf dem Apfelweinbrett von Bastian Ortner

Tipp

Eine perfekte Beilage sind Ofenkartoffeln (gerne auch aus der Glut) mit geräuchertem Meersalz. Und natürlich sollten Sie ein schönes Glas Apfelwein dazu genießen!

Zutaten für 2 Personen

2 Forellen, je 300 g
(oder einfacher 4 Forellenfilets – je 150 g)
2 Grillbretter (Zedernbretter aus dem Grillfachhandel)
4 Flaschen trockener Apfelwein (zwei für die Forelle, zwei für den Koch ☺)
1 Zitrone
eine Handvoll frische Salbeiblätter
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Gehen Sie Angeln und fangen Sie zwei Forellen (oder gehen Sie in die örtliche Kneipe, bleiben Sie dort drei Stunden lang, kaufen Sie die Forellen und erzählen Sie allen, dass Sie sie gefangen haben).

Weichen Sie die Grillbretter mindestens 1 Stunde lang in Apfelwein ein. Zum Beispiel in einer Plastiktüte oder einer Auflaufform. Den Grill vorheizen (Temperatur: 160 bis 180 °C).

Die Grillbretter auf den Rost legen und ca. 5 Minuten vorheizen, bis sie etwas Farbe bekommen. Drehen Sie die Grillbretter um und legen Sie je zwei Forellenfilets darauf, mit der Hautseite nach unten. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen und die Salbeiblätter und einige Zitronenscheiben darauflegen. Schließen Sie den Deckel des Grills und garen Sie den Fisch etwa 20 Minuten lang.



Saté Lilit von Christina Weinreich und Holger Vogt



Tipp

Statt mit Fisch kann man die Spieße auch mit gehacktem Hühnerfleisch zubereiten.

Zutaten für 2 Personen

Spieße

125 g Fischfilet ohne Haut und ohne Gräten, z.B. Pangasius, Red Snapper oder Thunfisch
1/2 kleine frische Chilischote
1 sehr kleine rote Schalotte**
2 Knoblauchzehen
1 cm frischer Ingwer
1 cm frische Kurkumawurzel**
1 cm Galgantwurzel**
1 TL Erdnussöl
1 Kaffirlimettenblatt**
Saft von 1/2 Limette
50 g frisch geraspelte Kokosnuss (alternativ: getrocknete Raspel)
40 ml Kokosnussmilch
Salz
4 Zitronengrasstängel**

Saté Lilit (Balinesische Fischspieße) mit Limetten-Soja-Dip und gegrillter Ananas

Zubereitung der Spieße

Chili waschen, Stiele entfernen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Wer es nicht so scharf mag, entfernt die Kerne. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Kurkuma, Ingwer und Galgant schälen und ebenfalls fein hacken. Zutaten mit einem Blitzhacker zu einer feinen Paste verarbeiten.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Masse anrösten, bis sich die Aromen entfalten. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Das Fischfilet unter klarem Wasser abspülen, vorsichtig trocken tupfen und mit einem Messer oder mit der Küchenmaschine sehr fein hacken.

Im Falle der Verwendung von getrockneten Kokosnusss Raspeln: Diese einige Minuten in Wasser einweichen, dann in einem Sieb gut ausdrücken. Kokosnussraspel zum Fisch geben und zu einer glatten Masse verarbeiten.





Dip

1/2 TL Öl
1/2 Knoblauchzehe
1 sehr kleine rote
Schalotte**
1 kleine frische
Chilischote
2 EL Ketchup Manis
(indonesische süße
Sojasoße)**
Saft einer 1/2 Limette
Salz

Gegrillte Ananas

6 Scheiben frische und
geschälte Ananas (ohne
den harten Mittelkern)
1 kleine rote Chilischote
1,5 EL Butter
1 EL Honig
1/4 TL Zimt

Deko und Garnitur

2 Teller
Frische
Bananenblätter**
1 Limette

**in asiatischen Super-
märkten erhältlich



Diese Masse mit der Gewürzpaste in eine Schüssel geben. Kaffir-limettenblatt waschen, sehr fein hacken und ebenfalls hinzufügen. Nach und nach Limettensaft und Kokosmilch untermischen und geschmeidig kneten.

Zitronengrasstängel oben und unten auf ca. 15 cm kürzen und jeweils längs halbieren, sodass man 8 Spieße hat. Die Fischmasse in acht gleich große Portionen teilen und jeweils eine Portion um einen Zitronengrasstängel festdrücken. Auf dem Grill goldgelb grillen.

Zubereitung des Dips

Zwiebel und Knoblauch schälen und klein hacken. Chili ggf. entkernen und in feine Scheiben schneiden. Alle Zutaten mit Ketchup Manis und Limettensaft vermengen. Mit Salz abschmecken.

Zubereitung gegrillte Ananas

Chilischote waschen, aufschneiden, entkernen und fein würfeln. Butter schmelzen, Honig, Zimt und Chili einrühren. Ananasscheiben mit dieser Mischung bestreichen. Ananasscheiben auf dem heißen Grill von beiden Seiten jeweils etwa 2 Minuten grillen.

Zum Anrichten Bananenblätter auf die Größe der Teller zuschneiden und auf jeden Teller ein Blatt legen. Limette vierteln. Jeweils 4 Spieße sowie 3 Scheiben Ananas auf einem Teller platzieren und mit Limettenvierteln garnieren. Dazu separat den Dip reichen.





Zitronenlachs mit grünem Spargel *von Katrin Baus*

Tipp

Kräuterbaguette mit
Knoblauch-Dip darf
natürlich nicht
fehlen.

Zitronenlachs mit grünem Spargel und Avocado-Erdbeer-Salat

Zubereitung

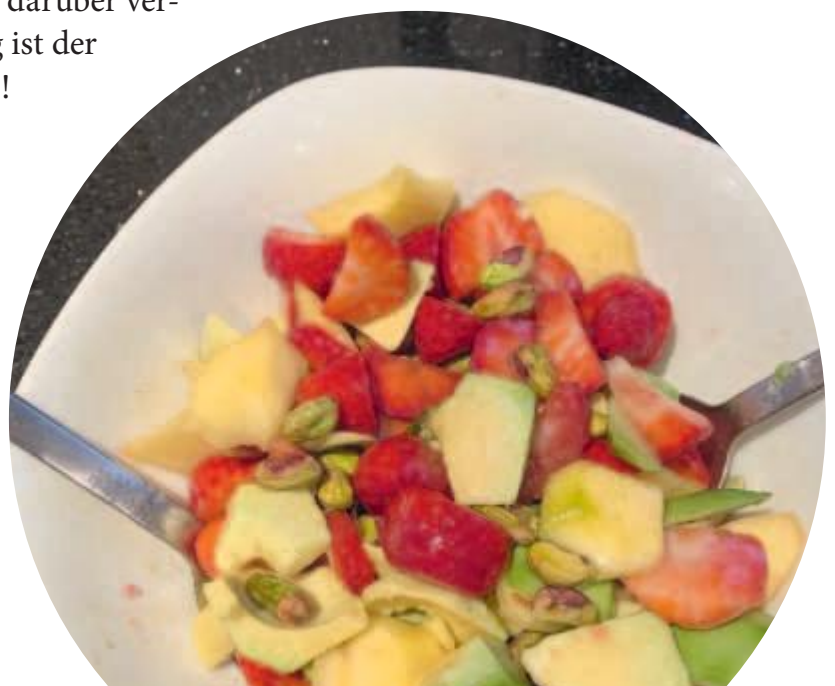
Frischen Lachs oder TK-Lachsfilet mit Olivenöl beträufeln. Jeweils eine Zitronenscheibe darauf verteilen. Entweder in eine feuerfeste Schale oder in Alufolie einwickeln. Dann 20 Minuten auf den Grill legen – schon fertig.

Zutaten für 4 Personen

Frischer Lachs oder
TK-Lachsfilet
Grüner Spargel
500 g Erdbeeren
2 Avocados
1 Mango
Handvoll Pistazien
1–2 Zitronen
1 Zwiebel
Olivenöl
Salz
Pfeffer

Den grünen Spargel mit einer Vinaigrette aus Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zwiebeln 30 Minuten grillen.

Erdbeeren, Avocados, Mango und Pistazien vermischen. Etwas Öl und Zitronensaft und 1 TL Zucker darüber verteilen. Fertig ist der leckere Salat!



Zutaten für 6 Personen

Püree

30 g Olivenöl
500 g Möhren in
Stücken (2 bis 3 cm)
15 g frischer Ingwer in
dünnen Scheiben
100 g Wasser
100 g Butter in Stücken
1/2 TL Salz
Pfeffer nach Geschmack

900 g Thunfischsteak

Mayonnaise

100 g Sonnenblumenöl
1 Ei
1 Teelöffel Senf
1/4 Teelöffel Salz
3 Prisen Pfeffer
1/2 Kressebeet
abgeschnitten

Zubereitung Püree

Öl, Möhren, Ingwer, Wasser und Salz in einen Topf geben und circa 10 Minuten bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Butter dazugeben und 1 Minute mit dem Mixer schrittweise ansteigend pürieren. Püree abschmecken und servieren.

Zubereitung Thunfischsteaks

Grill für direkte starke Hitze (200 – 280 Grad Celsius) vorbereiten. Thunfischsteaks auf den Grillrost legen und bei direkter starker Hitze (250 – 280 Grad Celsius) grillen, bis sich die Steaks vom Grillrost lösen lassen, dann umdrehen und auf der zweiten Seite noch etwa 1 bis 2 Minuten grillen. Thunfischsteaks mit Teriyaki-Sauce servieren.

Zubereitung selbstgemachte Mayonnaise

Ei, Senf, Salz und Pfeffer in den Plastikbehälter (z.B. Messbecher) geben und 2 Minuten langsam mixen, dabei das Öl langsam in einem dünnen Strahl dazugeben und rinnen lassen. Auf dem Teller dann die Kresse auf der Mayonnaise dekorieren.

Thunfischsteak mit Möhren-Ingwer-Püree von Valentino Aronica





Zutaten

Ca. 1,5 kg Lachsfilet
mit Haut am Stück
2 TL brauner Zucker
1 TL Salz
1 TL schwarzer Pfeffer
1 TL BBQ-Würz-
mischung für Lachs

Zubereitung

Die Gewürze mischen, den Lachs auf der Fleischseite gut einreiben und circa 30 Minuten marinieren lassen. Das Flammlachsbrett gut wässern und den Lachs mit der Hautseite auf das Brett spannen.

Das Flammlachsbrett an der Feuer-
schale so anklemmen, dass der Lachs
nicht direkt von den Flammen berührt wird.
Je nachdem wie weit das Feuer herun-
tergebrannt ist, kann man den
Lachs mit dem Brett weiter
zum Feuer neigen.

Der Lachs ist gut, wenn
das Fleisch sich beim
Andrücken fest anfühlt.

Tipp

Wenn die Marinade
etwas dunkel wird, liegt das
am braunen Zucker und
schmeckt verdammt gut. Zum
Lachs essen wir gerne Reis-
salat mit Weißbrot.



REWE



Bunt und lecker: Grillgenuss mit Gemüse und Obst

Vegetarische und vegane Lebensmittel eignen sich gut zum Grillen

Die Deutschen grillen gerne. Dabei können auch vegetarische und vegane Lebensmittel als leckere Abwechslung über der glühenden Kohle liegen. Sie lassen sich gut auf dem Grill zubereiten und bringen aromatische Vielfalt und Farbe auf die Teller. Vegetarisch grillen lassen sich mehr als Kartoffeln, Maiskolben und Veggie-Würstchen. Die Vielfalt an grillbarem Gemüse ist beachtlich: von A wie Artischocke bis Z wie Zucchini. Zur sommerlichen Grillzeit bieten die Gemüsebeete eine beeindruckende Auswahl für den gesunden Grillgenuss.

Besonders gut eignen sich wasserärmere Gemüsearten, wie Paprika und Möhren. Stark wasserhaltiges Obst und Gemüse, wie Erdbeeren und Tomaten, sollte in Grillkörbe gepackt werden. Eine appetitliche Alternative zur Alufolie ist das Einpacken in Kohl- oder Maisblätter. Generell empfiehlt es sich, Gemüse eher am Rand des Grillrosts zu platzieren, um es nicht zu hoher Hitze auszusetzen.

Kreativ werden können Grillfans mit Auberginen und Paprika: Aus ihrem

pürierten Fruchtfleisch lassen sich mit Kräutern und Gewürzen aromatische Grillsaucen kreieren. Auch Äpfel, Birnen, Pfirsiche und anderes Obst aus dem Garten können die Grillmahlzeit bereichern – als kreative Vorspeisen oder Desserts.

Vielerlei grillbares Obst und Gemüse gibt es aus regionaler und ökologischer Erzeugung. Vegetarische Bioprodukte werden auch von Profiköchen geschätzt und bei Grill-Events verwendet. „Aromatisch im Geschmack, vielfältig im Genuss“, so lautet das Urteil von BIO-Spitzenkoch Andreas Weihmann, Küchenmeister in der Wiesbadener Staatsdomäne Mechtildshausen. Inspiration bieten die vegetarischen Grillrezepte der BIO-Spitzenköche.

Wer erleben will, wie Anbau, Ernte und Verarbeitung nach Bio-Regeln funktionieren, und woher pflanzliches oder auch tierisches Grillgut stammt, der kann einen Biohof in der Region besuchen. Regelmäßige Hofführungen, Feste und lehrreiche Aktivitäten bieten die Mitglieder im bundesweiten Netzwerk Demonstrationsbetriebe Ökologischer Landbau an.



Vegetarisch





Halloumi-Burger mit Grillgemüse von Ingrid Urban

Zubereitung

Backofen auf 250 °C und Grill vorheizen.
Backblech mit Backpapier auslegen.

Zutaten für 4 Personen

4 Burger Buns
2 Pakete
Kräuter-Halloumi
250 g Zaziki
1 rote Paprika
1 gelbe Paprika
1 Aubergine
2 Zweige Thymian
4 EL Pflanzenöl

Feigen-Oliven- Relish

300 g getrocknete
Feigen
150 g schwarze Oliven
100 ml Wasser
100 ml Rotweinessig
50 g Rohrzucker

Besonderes Zubehör

Grill oder Grillpfanne

2 Halloumi in dünne Scheiben schneiden. Paprikas waschen, entkernen und vierteln. Aubergine waschen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Thymianblätter von den Stängeln zupfen.

Paprikastücke mit der Hautseite nach oben auf dem Backblech verteilen und im heißen Ofen ca. 15 Minuten rösten, bis sie schwarze Blasen werfen. Paprikastücke in einem Plastikbeutel kurz ausdampfen lassen und Haut abziehen.

Für das Feigen-Oliven-Relish Feigen und Oliven in feine Würfel schneiden. Beides mit Wasser, Rotweinessig und Rohrzucker aufkochen und 15 Minuten leicht köcheln lassen. Die Hälfte der Masse pürieren und mit stückigem Rest vermengen, beiseite stellen.

Paprika, Aubergine und Halloumi mit Pflanzenöl einstreichen. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Auf den Grill geben und pro Seite ca. 4 bis 5 Minuten grillen. Halloumi pro Seite etwa 3 bis 4 Minuten grillen, bis sich Grillstreifen bilden.

Burgerbuns rund 30 Sekunden auf dem Grill rösten, mit Zaziki bestreichen und mit Aubergine, Paprika und Halloumi belegen. Je einen Klecks Feigen-Oliven-Relish dazu geben und mit Thymian garnieren.



Gegrillte Avocado mit Feta und Tomaten-Salsa von Kerstin Bremm

Tipp

Gut dazu passt gegrilltes Brot oder gegrillte kleine Kartoffeln.

Zutaten für 4 Personen

4 Avocados
400 g Tomaten
1 rote Zwiebel
Saft von einer Limette
3 EL Olivenöl
1 TL Zucker
1 Handvoll Basilikum
Salz und Pfeffer
100 g Feta
Balsamico-Creme

Zubereitung

Die Tomaten waschen und würfeln. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Tomaten- und Zwiebelwürfel, den Limettensaft und den Zucker mischen. Das Basilikum waschen, etwas für die Deko beiseitelegen, den Rest klein schneiden und unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Avocados halbieren und entkernen. Mit dem Fruchtfleisch nach unten auf den vorgeheizten Grill legen und ca. 5 Minuten grillen, bis Grillstreifen zu erkennen sind. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Feta zerbröseln. Die Avocadohälften mit der Tomaten-Salsa füllen, den Feta darauf verteilen und mit etwas Balsamico-Creme anrichten. Mit dem restlichen Basilikum bestreuen.





Gemüsespieße vom Grill

von *Elke Thönges*

Zutaten

2 Auberginen
2 Zucchini
2 rote Spitzpaprika
2 Zwiebeln
Salz
Weißer Pfeffer
Schawarma*
Sumach*
Etwas Olivenöl

*gibt es in arabischen
oder türkischen Läden

Zubereitung

Auberginen und Zucchini
in nicht zu dünne Scheiben schnei-
den. Spitzpaprika putzen und in
mundgerechte Stücke schneiden. Diese
drei Zutaten in eine Schüssel geben und mit
den Gewürzen und dem Öl marinieren.

Die Zwiebeln schälen und jede Schicht einzeln lösen. Die
äußeren Schichten halbieren und beiseite stellen.

Kurz vor dem Grillen alle Zutaten im Wechsel auf Holzspieße
stecken. Auf den Grill geben
und bissfest grillen.

Guten Appetit!





Vegetarische Schaschlikspieße von Rita Nuro



Zutaten

10 Champignons
1–2 Zucchini
(je nach Größe)
2 rote Zwiebeln
2 Paprika, rot und gelb

Marinade

2 EL Sojasauce
2 EL Sesamöl
1/2 TL Chiliflocken
1 Knoblauchzehe
1 EL frisch geriebener
Ingwer
1 EL Zitronensaft
1 EL Zucker
1 EL Tomatenmark

Zubereitung

Zucchini waschen und in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Champignons putzen, Zwiebeln vierteln. Die Paprika waschen, entkernen und in Stücke schneiden.

Alle Zutaten der Marinade gut verrühren. Dann das Gemüse auf Schaschlikspieße stecken und von allen Seiten mit der Marinade einpinseln.

Sobald sie etwas durchgezogen sind, für etwa 10–15 Minuten den Grill legen.

REWE



Gegrillte Aubergine „Hellas“

von Nicole Hitte

Zutaten für 3 Personen

3 Auberginen
200 g Feta
200 g Ziegenfrischkäse
2 Schalotten
4 Stiele Oregano
(alternativ getrocknet)
und Petersilie
6 Halme Schnittlauch
4 EL Weißweinessig
1 EL Honig, flüssig
4 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Kräuter waschen, Blätter abzupfen und nach kurzem Trocknen klein hacken. Schalotten schälen und fein würfeln. Alles zusammen mit Essig, Honig und Öl pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Auberginen waschen und längs halbieren. In das Fleisch rautenförmig schneiden und salzen. Jetzt erst auf der Schnittfläche für 3 Minuten, dann nochmals auf der Schalenseite für weitere 3 Minuten grillen.

Den Feta und den Ziegenkäse zerdrücken und in einer Schüssel vermischen. Die entstandene Creme auf den drei Auberginen-Schnittflächen verteilen, die übrigen Auberginenhälften darauflegen und etwas andrücken. Eventuell mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit der Kräutersauce servieren.





*Er ist so ein Mittelding zwischen Weich- und Schnittkäse und durch seine Birnenform oft das Highlight auf der Käseplatte. Doch der Scamorza ist auch perfekt für Gerichte vom Grill.
Foto: dpa*

Mehr als Schnittkäse

Scamorza eignet sich auch zum Überbacken

Es gibt einen Käse an der Käsetheke, der heraussticht: Das ist der italienische Scamorza, der aussieht wie eine Birne, auf der eine kleine Kugel thront. Der halb-feste Schnittkäse aus Kuh- oder Büffelmilch ist mit seinem milden, leicht säuerlichen Aroma aber nicht nur ein Leckerbissen für die Brotzeit.

Da Scamorza schnell und gleichmäßig schmilzt, eignet er sich auch gut zum Überbacken oder Grillen. Darauf weist die Verbraucherzentrale Bayern hin. Wie der Mozzarella gehöre der Scamorza zu den Brühkäsesorten vom Typ Filata. „Das bedeutet, dass der frische Käsebruch mit 80 Grad Celsius heißem Wasser überbrüht und gerührt wird“, erklärt Sabine Hülsmann, Lebensmittelexpertin der Verbraucherzentrale.

Dabei entstehe ein formbarer Teig, von dem gleichmäßige Stücke abgeschnitten werden. Diese werden zu einer Kugel geformt und mit einer Schnur zusammengebunden. Zum Abkühlen hängt man den Käse in eine Salzlake. Dabei entstehe die typische Birnenform. Je länger Scamorza in der Salzlake liegt, desto salziger schmeckt er. Zum Trocknen aufgehängt, reift er einige Tage. Dabei entwickelt er eine dünne Rinde, die essbar ist. Die geräucherte Variante wird als Scamorza affumicata bezeichnet.



REWE

*Gemischtes gegrilltes
Gemüse mit Scamorza*

Gemeinsam genießen!

Umfrage zeigt, in Gemeinschaft wird am liebsten gegrillt

Bei einem traditionellen deutschen Gericht oder beim Grillen in lockerer Atmosphäre mit der Familie am schön gedeckten Tisch – so haben es die Deutschen am liebsten, wenn es um gemeinschaftliches Essen geht. Das geht aus einer Umfrage des Marktforschungsunternehmens YouGov im Auftrag von WMF hervor.

Selbst frisch kochen

Die Deutschen mögen es, selbst zu kochen: Rund drei Viertel der Befragten kochen mindestens drei- bis viermal Mal pro Woche selbst frisch. Im Alltag wird am häufigsten gemeinsam mit dem Partner oder der Partnerin gekocht, gefolgt von der Familie.

Grundsätzlich legen die Deutschen großen Wert auf Kochen mit frischen Zutaten: Neun von zehn erachten frische Zutaten als wichtig. 94 Prozent geben an, dass ihnen der Geschmack wichtig ist, während Kalorien nur für weniger als die Hälfte eine bedeutende Rolle spielen. Beim Kochen in den eigenen vier Wänden wird außerdem darauf geachtet, dass das Gericht einer ausgewogenen Ernährung entspricht und die Lebensmittel regional und saisonal sind.

Deutsche Küche

Der absolute Lieblings-Küchenstil ist mit 69 Prozent die deutsche Küche. Ebenfalls gerne gegessen wird italienisch, asiatisch und griechisch. Die vegetarische und vegane Küche bevorzugen vergleichsweise wenige.



Mit 81 Prozent gehört Grillen zu den bekanntesten „gemeinsamen Genüssen“, gefolgt von Raclette, Fondue, Tischgrill und dem Kochen eines Mehr-Gänge-Menüs. Zum Grillen laden rund ein Viertel der Befragten mindestens einmal im Monat ein, und über die Hälfte richtet mindestens alle drei Monate ein entsprechendes Essen aus. Demgegenüber bleibt es bei Raclette oder Fondue häufiger bei nur einer Einladung pro Jahr – meist traditionell im Winter.

Für viele Menschen ist Essen in Gemeinschaft ein Anlass, sich bewusst Zeit zum Kochen und für seine Mitmenschen zu nehmen. Daher lädt der Großteil am Wochenende oder an den Feiertagen ein.

Ein schön gedeckter Tisch

Drei Viertel der Befragten ist ein schön gedeckter Tisch wichtig bis sehr wichtig. Dennoch bevorzugen die Deutschen beim gemeinsamen Genuss eine lockere Atmosphäre, beispielsweise beim Grillen. Lediglich etwa beim Kochen eines Mehr-Gänge-Menüs darf es für die Hälfte der Befragten auch festlicher sein. Als wichtigstes Accessoire gehören Servietten auf den Tisch, gefolgt von Wassergläsern, Tischdecken, Weingläsern und Kerzen. Einige mögen außerdem Blumen, hochwertiges Geschirr und Besteck sowie hochwertige Elektrogeräte.



Dessert





Zutaten

900 g frische, reife Erdbeeren
225 g Puderzucker
250 ml kaltes Wasser oder Apfelsaft
Saft einer Zitrone

Zubereitung

Die Erdbeeren waschen, gut abtropfen lassen, danach putzen und vierteln, anschließend mit dem Pürierstab pürieren. Puderzucker und Wasser/Apfelsaft in einen Topf geben. Langsam zum Kochen bringen. Bei geringer Hitze etwa zwei Minuten köcheln lassen. Von der heißen Herdplatte nehmen, den Zitronensaft unterrühren und vollständig abkühlen lassen.

Erdbeerpüree und Zuckersirup gut vermischen. In eine flache Schale umfüllen, dann mit Frischhaltefolie zugedeckt ins Gefrierfach stellen. Das Erdbeersorbet ca. 4 Stunden gefrieren lassen. Die Masse dabei regelmäßig alle 30 Minuten mit einer Gabel oder einem Schneebesen auflockern, dadurch erhält das Sorbet seine typische Konsistenz.



Dessert-Päckchen von Kerstin Bremm

Zutaten für 3 Personen

1 Banane
1 Apfel
2 Kiwi
1/2 Mango
eine Handvoll Trauben
etwa 12 Physalis
etwas Zitronensaft
100 g Schokolade
Vanilleeis zum
Servieren
3 Bögen Backpapier,
Küchengarn

Zubereitung

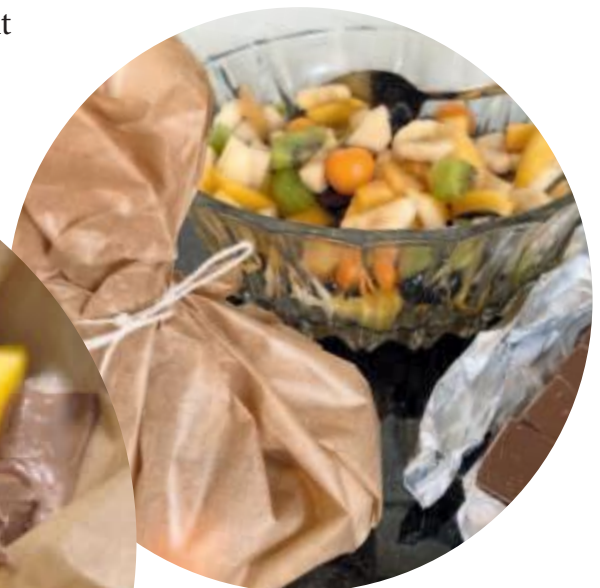
Banane schälen und in Scheiben schneiden, Apfel waschen, entkernen und würfeln. Trauben waschen und halbieren. Kiwi schälen, vierteln und in kleine Stücke schneiden. Mango schälen und die Hälfte in kleine Stücke schneiden. Die Blätter der Physalis behutsam entfernen, vom Stiel abreißen. Die Physalisstücke waschen und trocken tupfen. Obst in eine Schüssel geben. Etwas frischen Zitronensaft auspressen, über das Obst träufeln und alles vorsichtig vermengen.

Schokolade in Stücke brechen. Jeweils 1/3 des Obstes auf einen Bogen Backpapier geben. Schokolade gleichmäßig darüber verteilen und einige Schokoladenstückchen zwischen das Obst stecken. Die Papierseiten über dem Obst zusammenhalten und mit Küchengarn zu einem Päckchen verknoten.

Die Grillpäckchen am Rand des Grills bei geringer Hitze ca. 5 Minuten grillen. Dessert-Päckchen öffnen und nach Belieben mit Vanilleeis servieren.

Tipp

Das Obst lässt sich natürlich variieren. Sehr gut passen z.B. auch Pfirsiche, Nektarinen, Heidelbeeren, Himbeeren oder Erdbeeren. Auch bei der Schokolade kann man zwischen Vollmilch-, Zartbitter- oder weißer Schokolade wählen.





Erfrischendes Mango-Lassi

von *Katrin Müller*



Zutaten

Essreife Mango
(ca. 450 g)
300 g milder
Natur-Joghurt
130 ml Milch
Zitronensaft von einer
halben Zitrone
3 EL Zucker
Etwas Zimt oder
Kokosraspeln zum
Bestäuben
(optional Rosenwasser)
Eiswürfel
Zitronenmelisse oder
Minze zum
Dekorieren

Zubereitung

Die Mango schälen, vom Kern befreien und grob würfeln.
Alle Zutaten in einen Standmixer geben und fein mischen, bis
der Drink schön cremig ist. Je nach gewünschter Konsistenz
bis zu 100 ml Wasser untermixen. Eventuell mit Rosenwasser
abschmecken.

Ein paar Eiswürfel in ein Glas geben und das Lassi eingießen,
mit etwas Zimtpulver oder Kokosraspeln bestäuben, mit der
Zitronenmelisse oder Minze dekorieren.



REWE



Zutaten für 8 Personen

500 g frische Mango
250 g Mascarpone
500 g Magerquark
7 EL Zucker
8 EL Orangensaft
150 g Cantuccini
(ital. Mandelgebäck)
3 EL Amaretto-Likör

Haselnusskrokant

Mango-Tiramisu von Margarete Schnor

Tipp

Man kann auch Mangos aus der Dose verwenden.

Zubereitung

Die Mangos schälen und in kleine Würfel schneiden. Drei Viertel der Würfel fein pürieren.

Mascarpone mit Quark, 4 EL Zucker, 4 EL Orangensaft und 5 EL Mangopüree glatt rühren.

Die Cantuccini hacken und die Hälfte davon in der Form verteilen. Dieses Gebäck mit dem restlichen Orangensaft und dem Mandellikör beträufeln.

Die Hälfte der Creme aufstreichen. Das Mangopüree darauf verteilen und die übrigen Kekse darüberstreuen und danach den Rest der Creme daraufstreichen.

Zum Schluss den Nachtisch mit den restlichen Mangowürfeln verzieren.

Das Ganze für ca. 3 Stunden kalt stellen.

Besonders gut schmeckt es auch, wenn man die Mangowürfel auch noch mit Haselnusskrokant bestreut.

REWE



Wassermelonen- und Ananas-Spieß mit Feta von Maike Schubert



Zutaten

1 Wassermelone
1 Ananas
Sonnenblumenöl
etwas Salz und Pfeffer
Holzspieße

Oliven
Fetakäse

Salat

2 EL Obstessig
2 EL Zitronensaft
4 EL Öl
200 g Römersalatherz
1 Bund Rauke
1/2 Salatgurke

Zubereitung

Die Melone und die Ananas in ca. 3 x 3 cm große Würfel schneiden und wenn möglich die Melonenkerne entfernen.

Das Obst auf Holzspieße aufspießen und dieses dünn mit Öl bestreichen.

Auf einem heißen Grill oder einer Grillpfanne ca. 4 Minuten unter Wenden grillen.

Die Wassermelone vom Grill mögen wir am liebsten mit würzigem Feta-Käse und Oliven, denn beides unterstreicht die Süße der Frucht. Alternativ können Sie die gegrillte Wassermelone mit grobem Meersalz bestreuen.

Tipp

Man kann das Obst auch einfach nur in Spalten schneiden und auf den Grill legen.



Dazu essen wir auch gerne einen knackigen Salat mit Gurke und Zitronendressing.

Dafür verquirlen wir das Essig mit dem Zitronensaft und dem Öl und schmecken es mit Salz und Pfeffer ab. Den Salat waschen und klein schneiden. Die Gurke ebenfalls putzen und der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden.

Die Vinaigrette mit dem Salat vermengen.



Das Auge isst mit

Ach, es gibt doch einfach tolle Dinge, die den Küchenalltag – und nicht nur den – erleichtern. Kulinarische Freuden, die auch optisch Spaß machen.



Für Rezeptideen

Der Moment, wenn man die eine richtig gute (Rezept-)Idee hat, der Knoten platzt, plötzlich alles Sinn ergibt – einfach magisch! Passend zu diesem einmaligen Gefühl leuchtet der fluoreszierende Siebdruck auf dem Cover im Dunkeln und verleiht dem Notizbuch des Frankfurter Designlabels nuuna (26,90 Euro) diesen besonderen Funken, der direkt überspringt.

Nuuna Store
Brückenstraße 66,
Frankfurt
www.nuuna.com

Stylisher Alleskönner

Diese exzellent verarbeitete Kochschürze aus hochwertigem Rindnappa-Leder ist wirklich ein echter Hingucker.

Die Schürze kann im Nacken- und Taillenbereich mit gelochten Lederriemen verstellt werden und ist an den Seitenrändern sorgfältig abgesteppt. Auf der Vorderseite ist eine Tasche mit drei Einschubfächern aufgenäht, in denen Sie z. B. wichtige Küchenhelfer verstauen können. Manufaktur-Qualität made in Germany.

**Erhältlich bei Waf-
fen Dotzert, Tön-
gesgasse 21,
Frankfurt**



Neuinterpretation

Die Pier LED-Lampe von Stelton (159 Euro) ist eine gelungene Neuinterpretation der klassischen Schiffs-lampe, die auch verantwortlich für den Namen ist. Mit ihrem angenehmen Licht – einstellbar je nach Bedarf und Stimmung auf drei verschiedene Helligkeitsstufen – verlängert sie warme Sommerabende auf der Terrasse oder dem Balkon.

Über Form im Raum
Berliner Straße 60, Frankfurt
www.formimraum.com



Raffiniert

Holz ist ein wunderbares Material, findet auch die deutsche Designmarke blomus und präsentiert das zeitlos-ästhetische Pfeffer- und Salzmühlen-Set „Ro“ (je 69,95 Euro). Smart: Salz und Pfeffer werden aus der Oberseite und nicht aus der Unterseite der Mühlen gemahlen, sodass nach dem Essen keine Salz- und Pfefferkrümel auf Tisch oder Küchenzeile landen.

www.blomus.com

Sonnengelb

Keine Angst vor starken Farben – bei der Garderobe nicht, und auch bei den Wohnaccessoires sollte man viel öfter mutig sein! Die Outdoormöbel „Aligned“ (Stuhl ab 350, Tisch 795 Euro) aus thermolackiertem Aluminium sorgen auch an trüben Tagen für beste Laune, wetten?

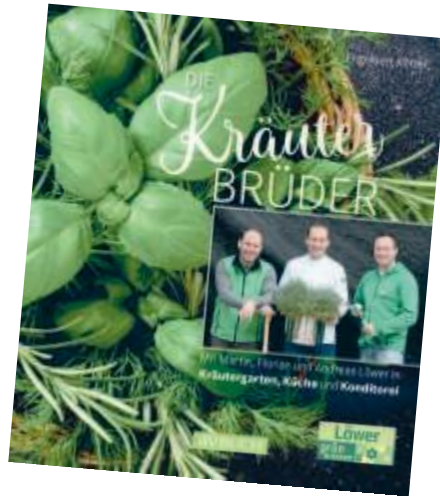
www.valerie-objects.com



Die Kräuterbrüder

Der Name Löwer steht seit 1877 für Erfahrung und Kompetenz in Sachen Pflanzen für Haus, Hof und Garten. Davon kann man sich in einem der fünf Löwer Gartencenter in Hessen und Bayern überzeugen. Darüber hinaus haben die Gebrüder Löwer gemeinsam mit dem Kräuterexperten Engelbert Kötter ein neues Buch geschrieben. Hier findet man nicht nur allerhand Wissenswertes, Tipps und Tricks zu Aufzucht und Pflege von mehr als 250 Kräuterarten, sondern auch aromatische Anregungen für süße und herzhaftes Genussideen aus der Kräuterküche.

Die Kräuterbrüder von Engelbert Kötter, av-Buch, 432 Seiten, ISBN: 978-3-8404-8528-2, 26,95 Euro



Objekt

Der Designer dieser Vase (ab 98 Euro) – oder ist es eine Flasche? – Klaas Kuiken, ist Absolvent der ArteZ School of Arts in Arnhem und wurde in den letzten Jahren auf zahlreichen Ausstellungen und Messen in der ganzen Welt gezeigt. Auch in Frankfurt ist er vertreten – hier findet man ihn beim stilsicheren Ulrich Dietzel in dessen Idüll.

**Gronauer Straße 2, Frankfurt
www.iduell-shop.de**



Genussvoll

Für Nüsschen, Gewürze oder, oder, oder – die Einsatzmöglichkeiten dieser hübschen, dreigeteilten Schale aus Mangoholz von H&M Home (19,99 Euro) sind vielfältig und erfreuen zuerst die Augen und im Anschluss dann die Geschmacksknospen. Buchstäblich Genuss für alle Sinne.

**Zeil 85–93, Frankfurt
www2.hm.com**



Insel der Glückseligen

Ob im Garten oder auf dem Balkon – auf der Outdoor-Relaxliege von Merxx (1099 Euro) kann man es sich so richtig gut gehen lassen. Dank des ausziehbaren Fußteils und einklappbaren Sonnendachs funktioniert Entspannen ganz leicht.

www.impressionen.de

Multitalent
Ganz egal, wo Sie sind, mit wem Sie zusammen treffen oder was Sie sich vorgenommen haben: Die Beosound Alvon Bang & Olufsen (299 Euro) bietet stundenlangen, ungestörten musikalischen Hochgenuss in eleganter, kompakter Form und ist dazu noch vollständig wasserfest, hat eine längere Wiedergabedauer, einen integrierten Sprachassistenten und eine Freisprechfunktion.

**Über Hifi-Profis,
Große Friedberger Straße 23-27, Frankfurt
start.hifi-profis.de**



Wohlfühlort für höchste Ansprüche

Das Vier-Sterne-Superior-Hotel Gut Ising am Chiemsee bietet exklusive Erholungs- und Verwöhnprogramme

Der legendäre Chiemsee, eine Landschaft wie aus dem Bilderbuch. Die Gegend am „Bayerischen Meer“ begeistert Gäste aus nah und fern mit seiner malerischen Kulisse, seiner abwechslungsreichen Natur und bayerischen Gastlichkeit.

Gut Ising, an einem der schönsten Flecken Bayerns gelegen, ist der richtige Ort zum Kraftschöpfen, zum Aktivsein, Ausspannen und Genießen. In vierter Generation führt die Familie Magalow das traditionsreiche, weitläufige Gut und Gestüt am Nordostufer des Chiemsees mit einem Bekanntheitsgrad weit über die bayerischen Grenzen hinaus. Inmitten der reizvollen Voralpenlandschaft eröffnen sich hier unzählige Möglichkeiten, um an der frischen Luft aktiv zu sein, ob am See, im Wald oder in den Bergen. Gepaart mit einer familiären Atmosphäre, einem stilvollen Ambiente von alpenländisch, nostalgisch bis modern, exzellenter Kulinarik und einem



herzlichen Service, ist das Hotel Gut Ising ein Wohlfühlort für höchste Ansprüche.

Ob man allein, als Paar, in der Familie mit Hund oder als Gruppe reist: Einmal angekommen, findet auf Gut Ising jeder für seine Bedürfnisse und Interessen ein geeignetes Angebot. Der eine geht Segeln, Golfen oder spielt Tennis, die nächste möchte Reiten, eine Radtour unternehmen oder einfach nur Baden und mit dem Stand-up-Paddle am See sein. Ein anderer bevorzugt lange Spaziergänge und ein Verwöhnprogramm im Spa.

Früher oder später bekommt jeder Hunger und auch hier ist für alle Geschmäcker etwas dabei. Denn zum perfekten Aufenthalt gehört auch eine gehörige Portion Genuss: von der regionalen Alpenküche im Gutshofrestaurant „Zum Goldenen Pflug“ über italienische Klassiker im „Ristorante Il Cavallo“ samt Blick in die Reithalle oder auf den Chiemsee bis hin zur asiatischen und modernen internationalen Küche im „Derby bar | grill“ mit seinen ausgezeichneten Fleisch- und Fischkreationen sowie Spezialitäten aus dem Wok. Wer die Kunst des Grillens im Feuer und in der Glut erlernen möchte, nimmt hier übrigens an Kochkursen in kleinen Gruppen ab vier Personen teil.

Außerdem bietet das Haus bei entsprechendem Wetter ein umfangreiches Picknickkorbmenü an, bei dem die Gäste aus vier köstlichen Varianten wählen können. Die Bestellung kann ganz unkompliziert über die



Entspannen, aktiv sein, genießen – das alles und noch viel mehr kann man auf Gut Ising am Chiemsee.

hausteigene „Gut Ising-App“ einen Tag im Voraus aufgegeben werden, sodass man das gute Essen von Gut Ising dann überall hin mitnehmen kann – an lauschige Ecken rund um den Chiemsee, auf den nächsten Berggipfel, auf die Herreninsel oder einfach in den Gutspark.

Gut Ising ist ein Dorf im Dorf, bestehend aus acht historisch gewachsenen Gebäuden, auf die sich die 105 Hotelzimmer und Suiten verteilen. Gäste haben die Wahl zwischen dem Gutshaus, dem Biedermeierhaus, der Alten Schmiede, dem Kavaliershaus, dem Petershaus sowie dem Haus Florian und Haus Salzburg mit wunderschönen Balkonzimmern. Jedes Haus hat dabei seinen eigenen Reiz und verbindet den allgegenwärtigen traditionellen Charme mit moderner Ausstattung. Im achten Haus des Vier-Sterne-Superior-Hotels befindet sich auf 2500 Quadratmetern der „Gut Ising Spa & Wellness“ mit Innen- und ganzjährig beheiztem Außenpool, zwei separaten Spa-Lofts und acht zeitlos schönen Behandlungsräumen.

Aktiv an der frischen Luft

Neben den Gutshäusern nimmt das hochmoderne Gestüt eine tragende Rolle auf dem weitläufigen Gelände ein. Es bietet Boxen für über 100 Pferde, drei Reithallen sowie eine Vielzahl an Außen- und Turnierplätzen. Die Reitschule fördert

Freizeit- und Turnierreiter jeder Altersklasse in Dressur, Springen und Gelände gleichermaßen.

Nur wenige Schritte vom Hotelzimmer entfernt, geht es zum 9-Loch-Golfplatz und der Driving Range mit Blick auf das Alpenpanorama. Und auch das Tennisspielen auf den Hallen- und Außenplätzen wird an diesem Ort zum besonderen Genuss. Für alle sportlichen Aktivitäten stehen geschulte Trainer Einsteigern und Fortgeschrittenen mit Rat und Tat zur Seite. Mit dem Chiemsee und den Alpen vor der Haustür ist jeglicher Wassersport möglich. Ausgeschriebene Wege auf dem Gelände geben die schönsten Routen zum Radeln, Wandern oder Walken vor. Bei günstigen Bedingungen lässt es sich auch zu wahren Höhenflügen mit einem Heißluftballon vom Gutsgelände aus starten und gibt damit symbolisch die Richtung vor, denn ein Aufenthalt auf Gut Ising erfüllt höchste Ansprüche.

Weitere Informationen auf
www.gut-ising.de

Gönn Dir!

101 Genussorte in Frankfurt

Wer nicht genießt, ist ungenießbar – das wusste schon Friedrich Schiller. Doch leider gelingt es im oftmals stressigen Alltag immer seltener, etwas zu genießen und loszulassen. Insbesondere dann, wenn man vom Gedanken an Effizienz, dem Gefühl ständiger Erreichbarkeit und dem Streben nach vermeintlicher Perfektion getrieben wird. Doch sollten wir uns ruhig häufiger etwas gönnen. Denn Genuss tut nachweislich nicht nur gut, sondern ist noch dazu gesund für Körper und Geist! Doch wo beginnen? Julia Söhngen und Bernd Buchterkirch haben sich für Sie auf die Suche begeben und „101 Genussorte in Frankfurt“ ausgewählt: Gehen Sie mit dem Autorengespann auf Entdeckungstour und lassen Sie sich von den vielfältigen Facetten des Genusses in und rund um die Mainmetropole überraschen!

Wie wäre es zum Beispiel mal wieder mit einem richtig guten Essen? Egal ob bodenständig oder Sterneküche, in diesem handlichen Führer ist gewiss für jeden Geschmack etwas dabei: Testen Sie doch mal den einzigartigen Fischdöner auf Ramiz Merals' Dönerboot und genießen Sie zugleich einen Hauch von Urlaubsfeeling schunkelnd auf dem Main. Oder darf es lieber etwas exquisiter sein? In diesem Fall empfiehlt das Autorengespann die hervorragende Fischküche des Weltklasse-Restaurants Lafleur im prächtigen Palmengarten – ein wahrer Hingucker auf kunstvoll angerichteten Tellern.

Und im Anschluss vielleicht noch ein bisschen Kultur erleben im English Theatre oder in



Anzeige

Gewinnspiel

Wir verlosen 3 Exemplare des Buchs „101 Genussorte in Frankfurt“. Teilnahme per Postkarte (mit Ihrer Adresse) an Rhein-MainMedia, Stichwort „Genussorte“, Waldstraße 226, 63071 Offenbach oder per E-Mail an gewinnspiel@rmm.de.
Teilnahmeschluss ist der 27. Mai 2022.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

einer interessanten Ausstellung entlang des Museumsufers? Vielleicht ist Ihnen aber auch eher nach einem Kurzurlaub im Wellnesstempel? Oder nach einer Runde Stand-Up-Paddling? Wer im Shopping-Erlebnis Erholung findet, für den dürfen natürlich auch die besten Einkaufsadressen nicht fehlen – denn ob ein neues Paar Schuhe für Modeliebhaber oder ein Ausflug ins Grüne für Naturfreunde – was Genuss verschafft, kann individuell sehr verschieden sein.

Auch mit „101 Genussorte in Frankfurt“ sind Bernd Buchterkirch und Julia Söhngen der beliebten Reihe treu geblieben und haben eine breitgefächerte Auswahl von Orten und Aktivitäten für Sie zusammengetragen, die den unterschiedlichsten Sinnesfreuden frönen. Anhand von 15 übersichtlichen Kapiteln finden Sie – je nach Tagesform und Geschmack – schnell den passenden Ort für sich heraus. Lassen Sie sich inspirieren und den Alltag für eine Weile hinter sich und probieren Sie Neues! Und ganz nebenbei lernen Sie die Region auf eine neue Weise kennen. Vom besten Kaffee der Stadt über ungewöhnliche Sportangebote bis hin zu attraktiven Ausflugszielen – wie immer schräg, spitzbübisch und launig aufbereitet, mit kuriosen Begebenheiten und dem gewissen Etwas.

Es darf auch mal ein edler Tropfen sein!



Der Mövenpick Weinkeller bietet zu Fisch, Fleisch oder Gemüse den passenden Wein

Denkt man an das klassische Getränk an einem lauen Grillabend, kommt einem spontan Bier in den Sinn. Wie gut aber passen Wein und Grillen zusammen und warum lohnt es sich, zu solch einem edlen Tropfen zu greifen, haben wir Volker Bandow, Weinexperte und Filialleiter im Mövenpick Weinkeller auf der Hanauer Landstraße, gefragt.

Herr Bandow, warum sollte man vielleicht öfter mal zu einem Glas Wein beim Grillen greifen?

Natürlich hat man mit Wein eine riesige Palette an Aromen – und damit auch eine unendliche Vielfalt an Aroma-Kombinationen. Und gegrillt werden ja zum Glück nicht mehr nur „Würscht“, sondern alles Erdenkliche an Fleisch, Geflügel, Fisch, Meeresfrüchten und Gemüse.

Worauf sollte ich bei der Weinauswahl achten? Welcher Wein passt eher zu Fisch, Fleisch oder vegetarischen Gerichten?

Fleisch vom Grill oder aus dem Smoker braucht eher einen körperreicheren Rotwein, der gerne im Barrique ausgebaut wurde. Gegrillter Lachs würde ebenfalls einen im Barrique ausgebauten Weißwein, z.B. einen Chardonnay aus



Argentinien, begleiten. In Folie mit Gemüse gegart, würde ein leichter Fisch perfekt mit einem frischen Weißburgunder oder Riesling harmonieren. Ein saftiger Rosé darf es beim Grillen nebenher immer sein!

Was ist das Besondere an Mövenpick-Weinen?

Mövenpick Wein bietet über 2000 verschiedene Weine aus aller Welt, für jeden Geschmack und zu jedem Anlass. Unser fünfköpfiges Einkaufsteam sorgt für erstklassige Qualität in jedem Preissegment. Vor Ort erhält der Kunde professionelle Beratung von unseren Weinexperten.

Gibt es die Möglichkeit, vor Ort Weine zu verkosten?

Wir bieten jeden Tag 20 Weine zur Verkostung an, die Auswahl richtet sich nach unserem jeweiligen Mailingthema (im Mai lautet es: „Weine aus aller Welt“). Zudem finden Sie Eventtermine, wie am 21. Mai „Meet the Winemaker“ auf unserer Homepage www.moevenpick-wein.de.

Mövenpick Wein
Hanauer Landstraße 204-206
60314 Frankfurt am Main





Leckerbissen

Anzeigen-Sonderveröffentlichung
der RheinMainMedia GmbH vom 28. April 2022

Veröffentlicht in:

Frankfurter Neue Presse, Höchster Kreisblatt, Nassauische Neue Presse und Taunus Zeitung

RheinMainMedia GmbH (RMM) | Waldstraße 226 | 63071 Offenbach
(zugleich ladungsfähige Anschrift der im Impressum genannten Verantwortlichen und Vertretungsberechtigten)

Geschäftsführer

Achim Pflüger (RMM)

Projektkoordination

Sabine Gilbert (RMM) | Telefon (0 69) 75 01-49 62 | sabine.gilbert@rmm.de

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt

Bernd Buchterkirch (RMM)

Text

Content & Design (RMM) | Nita Purohit, Julia Söhnngen, Oliver Kmetec (RMM)

Layout

Content & Design (RMM) – Tanja Schmitz (RMM)

Fotos und Rezepte

Leserinnen und Leser der Zeitungstitel Frankfurter Neue Presse, Höchster Kreisblatt, Nassauische Neue Presse und Taunus Zeitung

Fotos: ©Jean-Bernard Nadeau - stock.adobe.com (Titel), © exclusive-design - stock.adobe.com (Seite 3), © Mandic Jovan - stock.adobe.com (Seite 5), © stockcreations - stock.adobe.com (Seite 6), © Анна Журавлева - stock.adobe.com (Seite 7), © Meliha Gojak - stock.adobe.com (Seite 8), © Edyta Guhl - stock.adobe.com (Seite 11), © ALLEKO - stock.adobe.com (Seite 13), © YULIYA - stock.adobe.com (Seite 14), © tab62 - stock.adobe.com (Seite 14), © Jag_cz - stock.adobe.com (Seite 15), © M.studio - stock.adobe.com (Seite 16), © Joshua Resnick - stock.adobe.com (Seite 18), © Daniela Baumann - stock.adobe.com (Seite 24), © W. Heiber Fotostudio - stock.adobe.com (Seite 26), © Emotion-Photo - stock.adobe.com (Seite 27), © Yaruniv-Studio - stock.adobe.com (Seite 27), © Coskun.tv - stock.adobe.com (Seite 27), © Jag_cz - stock.adobe.com (Seite 28), © mdp2015 - stock.adobe.com (Seite 37), © nadianb - stock.adobe.com (Seite 38), © Jukov studio - stock.adobe.com (Seite 44), © stockcreations - stock.adobe.com (Seite 45), © nadianb - stock.adobe.com (Seite 46), © Wellnhofer Designs - stock.adobe.com (Seite 50), © Fomizm - stock.adobe.com (Seite 50), © kai - stock.adobe.com (Seite 51), © zefirchik06 - stock.adobe.com (Seite 51), © Marco Mayer - stock.adobe.com (Seite 52), © africa-studio.com - stock.adobe.com (Seite 53), © Mara Zemgaliete - stock.adobe.com (Seite 54), © losinstantes - stock.adobe.com (Seite 57), © sameh diab - stock.adobe.com (Seite 58), © Shaiith Nowak Jacek - stock.adobe.com (Seite 59), © Jenifoto - stock.adobe.com (Seite 59), © Jelena - stock.adobe.com (Seite 66), Pixabay (Seite 11, 13, 23, 41, 57), Hersteller-Fotos (Seite 60–61)

Impressum

Druck

Westdeutsche Verlags- und Druckerei GmbH
Kurahessenstraße 4–6 | 64546 Mörfelden-Walldorf

Weitere Detailangaben

siehe Impressum der oben aufgeführten Veröffentlichungen.



LÖWER

AUCH ÜBER DEIN
GEMÜSEBEET DARF
FRISCHER WIND WEHEN?
WIR HABEN AKTUELL
VIELE LECKERE
SORTEN FÜR DICH
IM ANGEBOT.

PIMP DEINEN GRILL MIT KRÄUTERN!

FÜR ALLES IST EIN KRAUT GEWACHSEN.

Die Grillsaison startet und du hast Lust auf einen leckeren, frischen und nachhaltigen Kick zu deinen Grillspezialitäten? Du hast die Wahl zwischen leckeren und ausgefallenen Grillkräutern wie z. B. Gold-Olivenkraut "Lemon Fizz", aufrechtem Oregano, Grill-Rosmarin "Barbecue", Gewürz-Thymian "Tabor" und vielen weiteren Hunderten Kräutern aus eigener Anzucht. Das Beste daran, unsere Kräuter wachsen direkt im biologisch abbaubaren Pottburri Topf. Das heißt, du kannst ganz schnell loslegen, denn unsere Kräuter kannst du mit Topf in dein Beet pflanzen. Worauf wartest du noch?

📍 HANAU

» Gewerbegebiet HU-Nord
Martin und Gustav Löwer GbR
Oderstraße 1
Tel. 06181 / 18050-0
hanau@gaertnerei-loewer.de
Mo.–Sa. 9:00–19:00 Uhr · So. geschlossen

📍 SELIGENSTADT

» A3 Abfahrt Seligenstadt
Martin Löwer
Dudenhöfer Straße 60
Tel. 06182 / 290861
seligenstadt@gaertnerei-loewer.de
Mo.–Sa. 9:00–18:30 Uhr · So. geschlossen

WEITERE LÖWER- GÄRTNEREIN:

GOLDBACH | MÖMLINGEN |
ROSSDORF

FOLGE UNS AUF:  

www.gaertnerei-loewer.de

A top-down view of a wooden table set for grilling. In the upper left, a black grill pan sits on the table, containing skewers of grilled vegetables and meat, and a whole grilled pepper. To the right, a blue plate holds a skewer of grilled meat and vegetables, a slice of grilled bread, and a small salad. Further right, another blue plate shows a skewer of grilled meat and vegetables. In the lower left, a bowl of quinoa salad with tomatoes and herbs is visible. In the lower right, another bowl of quinoa salad is shown. A red speech bubble in the top right corner contains the text 'REWE Dein Markt'. A dark brown box in the center right contains the text 'Rezepte für Marinaden und viele weitere Grillideen findest du online!'. Below this, a red box contains a small icon of a grill and the text 'Jetzt auf rewe.de/grillen'. The bottom half of the image has a teal background with white text and a small circular graphic on the right containing the text 'Schenken macht Freu(n)de!'. The bottom right corner shows a close-up of a glass bottle of marinade with a lemon slice and a small tag that says 'PinaPuri'.

REWE
Dein Markt

Rezepte für Marinaden
und viele weitere Grillideen
findest du online!



Jetzt auf [rewe.de/grillen](https://www.rewe.de/grillen)

Ist deine Grilllust schon entfacht?

Dann nichts wie hin zu REWE. Hier bekommst du alles, was du für die nächste Grillparty brauchst: saftige Steaks, knackige Würstchen, vegane Alternativen und alles für leckere Marinaden.

Ob in Bio-Qualität, aus der Region oder Spezialitäten aus aller Welt – wir machen einfach alle grillglücklich!

Mit neuer Grillflamme zum Grillevent!

Die Marinade ist beim Grillen wie das Salz in der Suppe. Ohne geht es nicht! Probier doch mal unsere würzigen Kombinationen, die aus jedem Grillgut ein Grillbesser machen!

Kleiner Tipp: Als Gastgeber-Geschenk kommt die Marinade auch richtig gut an.

Schenken
macht
Freu(n)de!