

## Grillgerichte

### Grilando Rezept für 4 Personen

Ein Rezept von:

**Ernst Haipf**

Grilando, Grillshop und Grillschule, Karsbach-Weyersfeld

#### Zutatenliste für den Hähnchen-/Garnelenspieß auf gegrilltem Spargel

Hähnchenbrust | Rapsöl | Bacon in Scheiben | Salbeiblätter frisch | Garnelen | Salz & Pfeffer | Honig/Ahornsirup | Senf mittelscharf | Holzspieße gewässert | Spargel grün | Chilipulver

#### Zubereitung des Hähnchen-/Garnelenspießes auf gegrilltem Spargel

- 1 Das Hähnchenfleisch waschen und gut abtrocknen. In dünne Scheiben schneiden und leicht einölen.
- 2 Die Bacon Scheiben halbieren. In jede 1/2 Bacon Scheibe 1 Blatt Salbei und eine Garnele wickeln.
- 3 Die Hähnchenfleischscheiben auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Innenseite mit Marinade bepinseln. Die Marinade aus 1 Teil Honig/Ahornsirup + 2 Teile Senf mittelscharf sowie Rapsöl herstellen.
- 4 Auf die Marinadenseite jeweils eine mit Bacon umwickelte Garnele legen und in das Hähnchenfleisch wickeln. Das Ganze jetzt auf einen Spieß stecken und die Garnele dabei fixieren.
- 5 Den grünen Spargel am unteren Drittel etwas schälen und komplett mit Chili-Öl einpinseln. Für das Chili-Öl Rapsöl mit Chilipulver und Salz und Pfeffer mischen.
- 6 In einem Grill den Spargel bei mittlerer Temperatur (ca. 190 °C - 220 °C) bei geschlossenem Deckel auf dem Grillrost für ca. 8 Minuten indirekt grillen. So hat der Spargel noch Biss.
- 7 Die Hähnchen-/Garnelenspieße über der Glut auf jeder Seite für ca. 2 Minuten direkt grillen.
- 8 Auf einem Teller einen Spiegel aus Chili-Öl vorbereiten. Darauf den gegrillten Spargel anrichten. Die Hähnchen-/Garnelenspieße darauf legen und servieren. Dazu passt gegrilltes Baguette.

#### Zutatenliste für die Hähnchen-Fajitas

Hähnchenfleisch | Curry mild | Rapsöl | Salz und Pfeffer | Kidneybohnen aus der Dose | Jalapeno Chili gemahlen | BBQ-Sauce | Schmand | Weizen Tortillas

#### Zubereitung der Hähnchen-Fajitas

- 1 Das Hähnchenfleisch in schmale Streifen schneiden, mit etwas mildem Curry sowie Salz und Pfeffer würzen, und etwas Rapsöl zugeben. Die Hähnchenstreifen bei hoher Hitze ca. 2 – 3 Minuten auf einer Grillplatte direkt grillen. Dann mit einem Spatel etwas beiseiteschieben.
- 2 Die Kidneybohnen mit Jalapeno Chili würzen, etwas BBQ-Sauce und einen Esslöffel Schmand zugeben. Alles gut durchmischen.
- 3 Ein Weizen Tortilla auf der Grillplatte erwärmen und etwas von der Bohnenmischung darauf verteilen. Das Hähnchenfleisch darauf legen und die Fajita falten. Noch einen Moment auf der Grillplatte liegen lassen und dann sofort servieren.

#### Zutatenliste für die Chicken Drumsticks auf Gemüsebett

Hähnchenunterkeulen | Rapsöl | Sojasauce | Ahornsirup | Chilipulver | Salz und Pfeffer | Paprikapulver | Paprika | Zucchini | Karotten | Zwiebeln | Knoblauch

#### Zubereitung der Chicken Drumsticks auf Gemüsebett

- 1 Bei den Hähnchenunterkeulen am Fußansatz Sehnen und Haut mit einem scharfen Messer rundherum durchtrennen.
- 2 Etwas Rapsöl, Sojasauce, Ahornsirup und Chilipulver miteinander zu einer Marinade vermengen.
- 3 Die Hähnchenunterkeulen mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver einreiben und mit der Marinade bepinseln.
- 4 Das Gemüse in gleich große Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Öl beträufeln. Die Schale eines Drumstick-Holder mit dem Gemüse befüllen und die Drumsticks in den Holder hängen.
- 5 Einen Grill auf mittlere Hitze anfeuern und die Drumsticks für ca. 40 – 45 Minuten grillen. Das Gemüse auf einem Teller anrichten, die Drumsticks darauf verteilen und sofort servieren.

Guten Appetit!

**TVtouring**  
Fernsehen

täglich ab 18:00 Uhr  
über Kabel und Satellit

alle Folgen von Frankens Gute Köche finden Sie auch unter: [tvtouring.de/mediathek](http://tvtouring.de/mediathek)



**kupsch** Frischemarkt Kochmagazin