



glas-futter.de

FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

Grillsaison - Marinade - Fleisch lecker marinieren

Unser Tip

Sommerzeit = Grillzeit

Könnte man noch etwas anderes im Sommer machen? Die meisten kaufen dafür fertig mariniertes Fleisch oder Geflügel im Supermarkt bzw. beim Metzger.

Vorteil: ohne weitere Vorbereitung kann das Grillgut gleich auf den Rost.

Nachteil: die Marinade verdeckt das Fleisch, sodass ihr dessen Qualität bzw. etwaige Sehnen, etc. so gut wie nicht ersehen könnt.

Unser Tipp: kauft gutes Fleisch beim Metzger eures Vertrauens und mariniert es selbst. Das ist nicht schwer! Ich bin kein Freund von den üblichen säuerlichen Marinaden, die meistens auf Essig basieren. Zum Grillen oder Braten (in der Pfanne) verwende ich lieber Würzmarinaden auf Ölbasis. Das Fleisch (Kalb, Rind, Schwein) oder Geflügel (Hähnchen, Pute) parieren (= von Fett und Sehnen befreien), anschließend in einer Plastikdose vollständig mit der Marinade bedecken und eine Nacht im Kühlschrank aufbewahren. Am folgenden Tag könnt ihr es direkt auf den Grill legen oder in der Pfanne auf der Grillplatte braten. Kein trocken, neu einölen o.ä. Und die verwendeten Kräuter ergeben einen grandiosen Geschmack!

So einfach geht das - Ihr braucht dazu:

Für je 1.000 g Grillgut benötigt ihr 100 g Marinade: ca. 80 ml Rapsöl plus getrocknete Gewürze Fertig! Die ausführlichen Rezepte findet ihr auf unserer Homepage! Gutes Gelingen und viel Spaß mit euren Gästen!

Hier findet ihr unsere Rezepte für leckere Marinaden

