

saiso**n**küche

**Jetzt am
Kiosk!**

www.saison.ch

Tipps der Woche: Rund ums Grillieren

Gewürzmarinade

1 TL gezupfte Thymianblättchen, 1 TL gehackte Rosmarinnadeln und 1 gepresste Knoblauchzehe mit 2 EL Senf, 1 EL Tomatenpüree, 1 EL Sojasauce und 1 TL Worcestershire Sauce mischen. Mit Pfeffer abschmecken und mit ½ EL Cognac aromatisieren. Fleisch damit bepinseln, einige Stunden marinieren. Erst vor dem Grillieren salzen. Passt zu Lamm-, Schweine- oder Rindfleisch.

BBQ-Sauce

1 gehackte Schalotte, 1 gepresste Knoblauchzehe und 1 TL geriebenen Ingwer mit 1 TL Honig, 1 TL Senf, 1 TL Worcestershiresauce, 2 EL Olivenöl und 200 g Tomatenketchup mischen und einige Stunden ziehen lassen. Passt zu grilliertem Fleisch.

Parmesanbutter

250 g weiche Butter mit 50 g geriebenem Parmesan, Salz und

schwarzem Pfeffer mischen. Zu Rollen formen und mindestens drei Stunden kühl stellen. Passt zu Schweinefleisch, Kartoffeln oder gegrilltem Brot.

Knuspriges Knoblauchbrot

Frischbackflüte quer siebenmal ein-, aber nicht durchschneiden. 1 EL gehackte Petersilie, 2 gepresste Knoblauchzehen mit 50 g weicher Butter mischen. ¼ Zitronenschale fein dazureiben. Salzen und pfeffern. Buttermischung in die Einschnitte verteilen, Brot in Alufolie einpacken. Bei mässiger Glut etwa 15 Minuten grillieren.

Aromatische Zitronen

Halbierte Zitronen oder Limetten zuerst auf der Schnittfläche bei mässiger Glut etwa 10 Minuten grillieren, dann umgedreht am Rand des Grills 15–20 Minuten fertig garen. Diese überaus aromatischen

Zitronen passen vor allem zu Kalbfleisch oder Poulet.

Grill-Fenchel

In 2 cm dicke Scheiben geschnittene Fenchel in kochendem Salzwasser etwa 5 Minuten bissfest blanchieren. Abtropfen. In Öl wenden und leicht salzen. 10 Minuten bei kleiner Hitze grillieren, mehrmals wenden.

MM-Kochinfo

**Montag bis Freitag, 9–12 Uhr,
0901 240 244**

**(erste Minute gratis, dann
1 Franken pro Anruf)**

**Freitag und Samstag,
17.30–19.30 Uhr,**

0901 125 250

**Fr. 1.– pro Anruf plus Normaltarif
(Fr. 0.08) pro Minute.**