

# BASIC-GRILL MARINADE

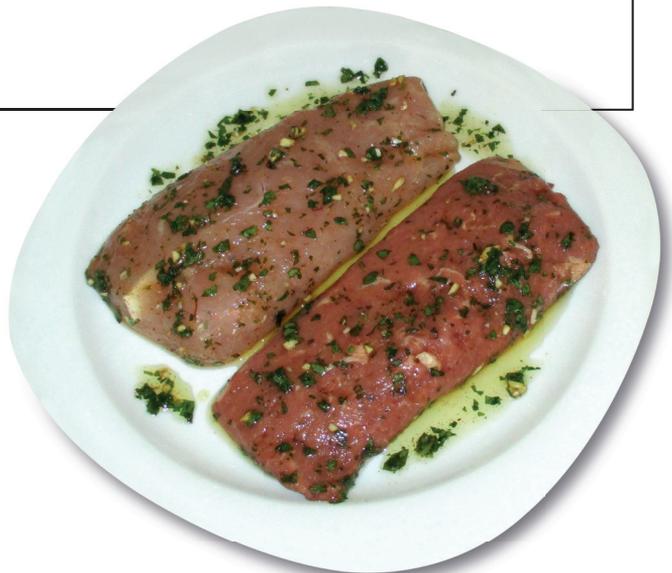
Eignet sich für so ziemlich jedes Grillgut vom Schwein, Rind, Lamm, Geflügel – sogar Fisch



15-20   
Minuten  
VOR-/ZUBEREITUNGSZEIT

## ZUTATEN:

- 2 Bund glatte Petersilie (nur die Blätter)
  - ½ Bund Basilikum (nur die Blätter)
  - 2 Knollen Knoblauch (ca. 20 – 30 Zehen, je nach Belieben)
  - 2 TL Paprikapulver
  - 2 TL Salz
  - 1 TL Pfeffer
  - 1 TL frisch gemahlener Chili oder Chili-Fäden
  - 1 TL getrockneter Oregano
  - 1 EL Essig-Essenz
  - 50 ml Olivenöl
  - 250 ml Sonnenblumenöl
- Nach Belieben ggf. noch:
- evtl. Rosmarin (geht auch getrocknet)
  - evtl. Thymian (geht auch getrocknet)
  - evtl. Honig
  - evtl. Tabasco



Rezept direkt  
auf dem  
Smartphone  
oder Tablet  
anschauen?



## SO GEHT'S:

Die Marinade reicht für 1,5 kg Fleisch. Die restliche Marinade kann man für ca. 1 Woche gut verschlossen im Kühlschrank aufbewahren.

1. Petersilie und Basilikum fein hacken, den Knoblauch pressen oder ebenfalls ganz fein hacken und mit den restlichen Zutaten gut verrühren.

### TIPP 1:

Als Variation gebe ich je nach Lust und Laune entweder Honig, Rosmarin, Thymian oder Tabasco hinzu. Hier kann man je nach Kräuter-, Schärfe- oder Süße-Vorliebe experimentieren. Sofern es Honig ist, bietet es sich an, diesen vorher mit dem Öl und der Essig-Essenz kräftig zu verquirlen, bevor die anderen Zutaten hinzukommen.

2. Das Fleisch damit marinieren. Mindestens 4 Stunden kaltstellen und ziehen lassen. Am besten geht das, wenn man das Fleisch mit der Marinade in einen großen Gefrierbeutel gibt und diesen fest verschließt oder in einen verschließbaren Behälter (Tupperdose, Topf mit Deckel etc.) legt.

### TIPP 2:

Am zartesten wird das Fleisch, wenn es die ganze Nacht durchziehen kann. Natürlich kann man das Fleisch statt auf dem Grill auch in der Pfanne braten. Aber immer dran denken: in einer Grillpfanne wird kein zusätzliches Öl zum Braten verwendet!

3. Das Fleisch ca. 30 Min. vor dem Grillen aus dem Kühlschrank holen, damit es nicht zu kalt auf den Grill kommt.

### TIPP 3:

Vor dem Grillen die Fleischstücke mit einem Messerrücken abstreichen, damit die Kräuter und der Knoblauch nicht auf dem Grill verbrennen, diese würden sonst bitter.

4. Nach dem Grillen noch nach Belieben etwas salzen und anrichten.

Grillsaucen werden überflüssig, da das Fleisch zart und saftig wird und durch das Öl einen intensiven Geschmack hat.



Fleischerei Redemacher

DIE GENUSSMACHER SEIT 1897