

# Feuriger Genuss

Ein Lagerfeuer ist romantisch und gemütlich. Zeit zum Singen, Reden, Lachen und Witze machen. Und wenn das Feuer langsam erlischt, kann es los gehen: Der Magen knurrt ja schon lange!

Grillieren, kochen oder backen auf dem Grill braucht viel Zeit. Wer sich diese Zeit nimmt, den erwartet ein köstliches Essen! Auf Fleischrezepte verzichten wir an dieser Stelle.

## Grilltipps

### Werkzeuge

Rüst-, Tranchier- und Sackmesser mit scharfen Klingen, Grillzange mit langem Griff, Drahtbürste, Lederhandschuhe (um den heissen Grillrost zu verstellen), Pinsel, Zündhölzer, evtl. alte Zeitungen.

### Verpackung und Transport

Gemüseschalen bereits fixfertig in Aluschalen zubereiten, würzen und gut verschlossen mitnehmen.

Gemüse (Spiesschen, Stücke) am Vorabend in Öl einlegen, damit es saftig bleibt. Gut in Alufolie verpacken und in einen Plastiksack einrollen.

Empfindliche Früchte und Gemüse in festen Plastikbehältern mitnehmen.

Fleisch (Plätzli, Spiesschen) am Vorabend marinieren (das Fleisch wird zarter). In Alufolie verpacken.

Am besten transportiert man Fleisch, Teig oder Käse in isolierten Kühlboxen. Im Hochsommer verderben diese Esswaren sonst sehr schnell!

### Vorbereitungen am Feuer

Am wichtigsten sind Geduld und Zeit! Die Grillstelle reinigen. Den Rost mit einer Metallbürste beidsei-

tig abbürsten. Den Rost evtl. mit etwas Öl einpinseln. Danach das Feuer anzünden.

Erst Holz nachlegen, wenn das Feuer richtig gut zieht. Jetzt heisst es warten, bis man die richtige Glut hat. Je nach Grösse der Gruppe braucht es mehr oder weniger Glut. Erst mit einer weissgrauen Oberschicht ist die Glut zum Bräteln bereit! Sobald genügend Glut vorhanden ist, frische Kräuterzweige (Rosmarin, Thymian, Majoran, Tannenschösslinge) hineinlegen und sofort das Fleisch auf den Grill legen!

### Garzeiten

Die Zeiten sind von verschiedenen Faktoren abhängig:

- Sommer oder Winter
- Starker Wind
- Trockenes oder nasses Holz (muss am Rand des Feuers zuerst getrocknet werden)
- Feuerstelle noch heiss oder kalt?
- Dicke (nicht Grösse!) des Grillgutes

### Richtwerte:

- ca. 5 Minuten für 1cm dicke Brotscheiben
- 6-8 Minuten für Käseschnitten oder Käse (Tomme, doppelt in eingefettete Alufolie gewickelt)
- 10-15 Minuten für Popcorn
- 10-15 Minuten für Gemüseschalen, Gemüse- und Früchtspiessli
- 5-15 Minuten für marinierte Gemüsestücke
- 20-30 Minuten für Maiskolben
- 30-40 Minuten für Kartoffeln

## INFO-BOX

### Stichwort:

- Feuer
- Grillieren, Bräteln
- Essen

### Autorin:

Mirjam Leuenberger liebt Lagerfeuer. Sie probiert gerne neue Rezepte aus und - es muss durchaus nicht immer Fleisch sein!

- Fleisch je nach Art und Dicke sehr verschieden. Marinierte Fleischstücke erst wenden, wenn Fleischsaft austritt. Dünne Stücke über der Glut, dickere zuerst eher am Rand angaren.
- Desserts: 10-15 Minuten; gefüllte Äpfel: 30 Minuten

## Rezepte Rund ums Feuer

### Baked potatoes

Zutaten für 4 Personen

8 festkochende mittelgrossen Kartoffeln, 2 Becher Sauerrahm, Gartenkräuter, Meersalz, Pfeffer

Die Kartoffeln waschen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Etwas Öl in die Hand nehmen und die Kartoffeln damit einreiben. Die Kartoffeln mit Alufolie gut einwickeln und in die Glut legen.

Sauerrahm mit Kräutern, Meersalz und Pfeffer abschmecken (kann schon Zuhause gemacht werden).

Die fertigen Kartoffeln aus der Folie nehmen, kreuzweise tief einschneiden und etwas auseinander drücken. Mit dem gewürzten Sauerrahm füllen.

### Käseschnitten

Zutaten für 4 Personen

8 Toastbrotscheiben, weiche Butter, 300 Gramm geriebener Greyerzer Käse, 2 Tomaten, Pfeffer, Paprikapulver

Tomaten in Scheiben schneiden und die Brotscheiben beidseitig mit wenig Butter bestreichen. 1 Brotscheibe auf Alufolie legen, mit Tomatenscheiben belegen und würzen. Den geriebenen Käse darauf

verteilen und mit einer 2. Brotscheibe zudecken. Die Alufolie auf einem Päckchen einschlagen. Mit den restlichen Zutaten gleich verfahren. Die Käseschnitten bei nicht zu starker Hitze (eher am Rand) grillieren.

### Pizza

Den Teig auf einem Stück Alufolie rund ausziehen. Zutaten auf der einen Hälfte verteilen (Rand frei lassen!) nun die andere Teighälfte darüber schlagen und den Rand fest zusammendrücken. Die ganze Pizza doppelt in Alufolie wickeln und in der Glut sorgfältig backen.

### Chnoblilbrot

Zutaten: Aufback-Baguette, Knoblauchbutter gekauft oder selber gemacht

Baguette der Länge nach halbieren und mit Knoblauchbutter bestreichen. Baguette mit der Butter nach oben auf den Grill legen und gut 5 Minuten grillieren, bis die Butter ins Brot gelaufen ist. Dann wenden und die andere Seite knusperbraun grillieren.

### Gefülltes Baguette

Aufback-Baguette halbieren. Beide Teile einige Male von oben einschneiden (aber nicht durchschneiden!). In die Einschnitte kann Kräuterbutter, Mozzarella, Salami, Tomaten usw. eingefüllt werden. Die Baguette-Stücke werden nun der Länge nach auf einen Stock gesteckt und über der Glut geröstet.

### Gemüseschale

Zutaten für eine kleine, hohe Aluschale mit Deckel

1 Zucchini, 2 mittelgrosse reife Tomaten, 1 Mozzarella, je nach Geschmack einige schwarze Oliven, Basilikum, Salz, Pfeffer, 4-6 EL Öl

Zucchini, Tomaten und Mozzarella in ca. 5mm dicke Scheiben schneiden und abwechselnd in die Aluschale stellen. Oliven gleichmässig in den Mozzarella drücken. Öl darüber träufeln und einige Basilikumblätter darüber legen. Leicht salzen und pfeffern. Mit dem Deckel gut verschliessen.

Tipp: Es können auch Champignons und Auberginen, Thymian oder Oregano verwendet werden.

### Gemüsespiesli

Zutaten nach Belieben:

Zucchini, Peperoni, Maiskolbenstücke, Auberginen, Champignons, Zwiebelstücke

Die Gemüse in ca. 2cm grosse Stücke schneiden und über Nacht mit einigen Kräutern zusammen in Öl einlegen. Das marinierte Gemüse auf Holzspießchen stecken und grillieren.

Gemüse kann auch mit Fleischstücken kombiniert werden, oder die Gemüsestücke in eine Tranche Speck wickeln!

### Fruchtspiesli

Es eignen sich: Pfirsiche, Bananen, Aprikosen, Zwetschgen

Aprikosen und Zwetschgen: Waschen und halbieren aber nicht ganz durchschneiden! In die zusammenhängenden Hälften ein Guetzli (Amaretti, Haselnussmarkrönli) geben und auf ein Spießchen stecken. Die feuchten Früchte können auch noch im Zucker gedreht werden. Die anderen Früchte in mundgerechte Stücke schneiden und auf das Spießli stecken. Grillieren: am Rande der Glut.

### Wildnistee

1,5l sehr starken Lindenblüten-, Hagebutten- oder Minztee Zuhause zubereiten und in einer PET-Flasche mitnehmen. Zusätzlich noch 1,5l kaltes Wasser mitnehmen. Am Feuer nun den Tee aufkochen und mit wenig Blütenblättern, Fruchtstücken oder Beeren aus der Umgebung anreichern. Achtung: Pflanzen und Beeren mit Mass pflücken und Kinder nicht alleine auf die Suche schicken!

**Frühling:** Brennnesselblüten, Fliederblüten, Schlüsselblumen, gelbe Veilchen, Waldmeister, Wiesen-schaumkraut

**Frühsommer:** Holunderblüten, Kamillen, Wildrosenblätter, Rotklee

**Sommer:** Lindenblüten, roter Wiesen- klee, Lavendel und wilder Thymian (nur kleine Mengen!)

**Herbst:** Hagenbutten, schwarzer und roter Holunder

Wenn der Tee kocht beiseite stellen und etwas ziehen lassen. Mit einem

Sieb die Blätter und Beeren herausfischen. Nach belieben süssen. Nun das kalte Wasser begeben, so dass der Tee nicht mehr heiss ist.

### Dessertschale

Zutaten für eine flache Aluschale:

Frische Ananasscheiben (oder auch Bananen, oder frische Feigen), etwas Butter, geraspelte Kokosnuss, Rohzucker, bei Erwachsenen noch etwas Ruhm

Ananasscheiben in die Aluschale legen, mit Kokosnuss und Rohzucker bestreuen, einige Butterstücke darüber verteilen (etwas Ruhm darüber träufeln). Die Aluschale doppelt mit Alufolie einwickeln und auf den Grill legen.

### Gefüllte Äpfel

Zutaten für 4 Personen:

4 Äpfel, 8 EL gezuckerte Kondensmilch, 4 EL gemahlene Haselnüsse, 1 EL Rosinen, 4 kleine Aluschälchen, Alufolie

Kerngehäuse mit dem Apfelausstecher entfernen. Unten am Apfel wieder ein Stückchen einsetzen, damit er geschlossen ist und nicht ausläuft. Die Äpfel in die Aluschälchen stellen. Kondensmilch mit Haselnüssen und Rosinen gut mischen. Die Masse in die Äpfel füllen. Die Aluschalen mit den Äpfeln in Alufolie einpacken.

### Popcorn

Zutaten: hohe Aluschalen, Öl, Popcorn, Alufolie, Salz oder Zucker

Je 2 El Öl und Popcorn in eine Aluschale geben. Diese doppelt mit Alufolie einpacken und auf den Grill oder die Glut stellen, ab und zu schütteln, bis es nicht mehr «ploppt». Nach Belieben salzen oder zuckern. ●

