



GRILLKULT-RUB: SO ZAUBERN SIE EINE AROMATISCHE FLEISCHKRUSTE

Serviervorschlag | Bild Freepik

Grillkult-Rub

Zutaten:

Grillfleisch, zum Beispiel Rind (Brustkern, Steaks) oder Geflügel (Keulen, Flügel)
Grillgewürz Grillkult aus unserem Klosterladen

Zubereitung:

- 1) Arbeiten Sie mit trockenen Händen!
- 2) Geben Sie großzügig Grillkult über jedes Fleischstück und reiben Sie das Gewürz sorgfältig ein. Drücken Sie das Fleisch in das überschüssige Pulver, bis es rundum von einer Schicht bedeckt ist.
- 3) Das gewürzte Fleisch in Folie wickeln oder in ein passendes Gefäß mit Deckel geben und je nach Größe für einige Stunden oder über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.
- 4) Damit die Gewürze nicht verbrennen, grillen Sie das Fleisch langsam bei niedriger Hitze (90 bis maximal 160 Grad).

Grillkult-Marinade

Zutaten (für ca. 500 g Fleisch):

3 EL Grillgewürz Grillkult
3 - 6 EL geschmacksneutrales Bratöl
1 EL Weißwein- oder Apfelessig (alternativ Zitronen- oder Limettensaft)

Zubereitung:

Die Gewürzmischung mit den anderen Zutaten gut verrühren. Das Fleisch sorgfältig mit der Marinade einpinseln bzw. darin einlegen und abgedeckt im Kühlschrank durchziehen lassen.

Ziehzeit:

Kleine Fleischstücke sollten mindestens eine Stunde durchziehen, bevor Sie sie auf den Grill legen, größere Stücke ruhen mehrere Stunden oder noch besser über Nacht im Kühlschrank. Gemüse sollte mindestens für eine Stunde marinieren.

Tipp: Nach Belieben können Sie den Geschmack der Marinade abwandeln. Geben Sie dazu je 1 - 2 TL Senf, Honig oder Sherry dazu. Es muss übrigens nicht immer Fleisch sein: Die Marinade passt auch wunderbar zu Gemüsespieße mit Tofu.