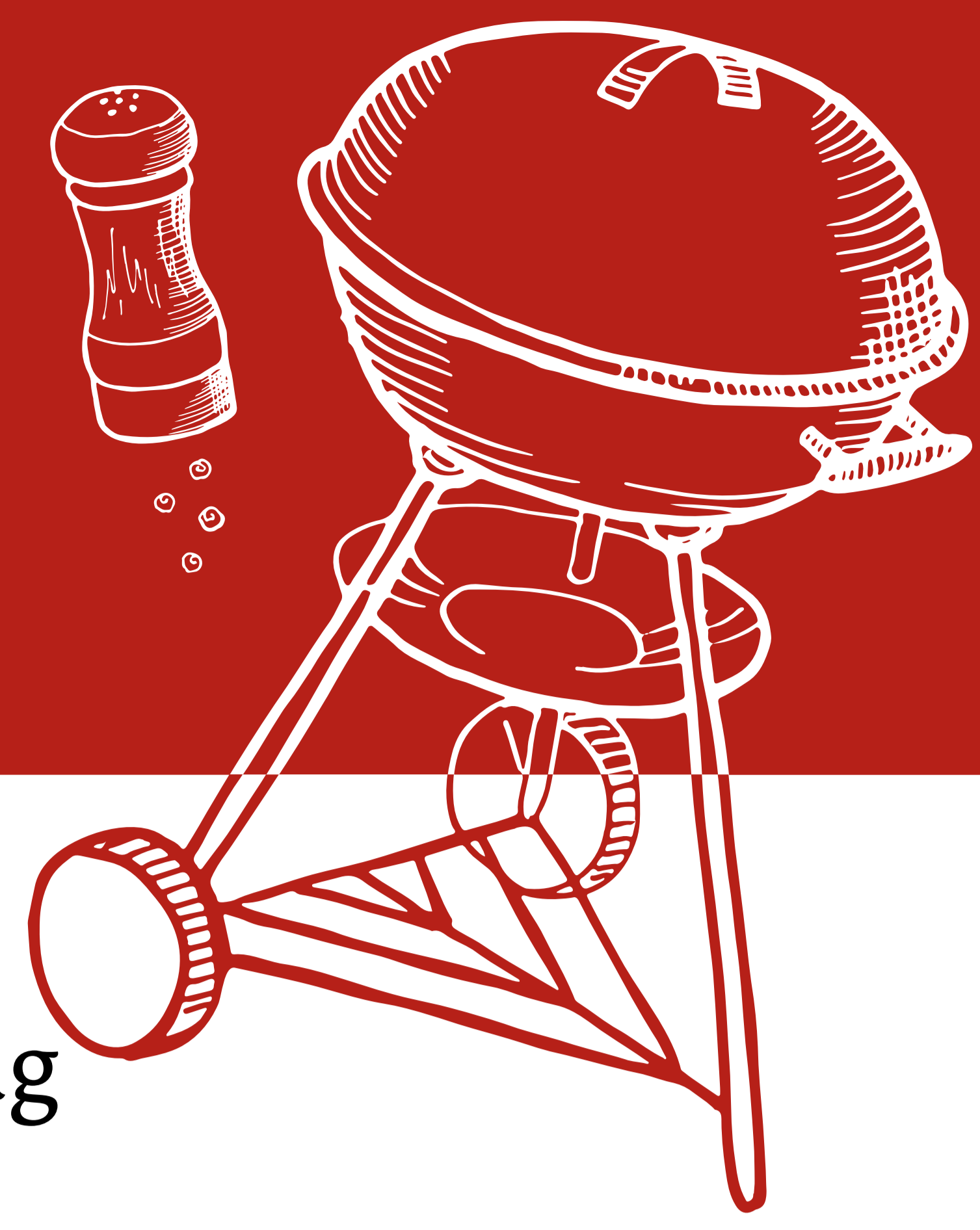


MENÜVORSCHLAG FÜR DEINE GRILLPARTY



Hier findest du alles, was du für unseren Menüvorschlag einkaufen musst!


Mengenangaben für 8 Personen



Grillgut

- 8 Stk. große Kartoffeln
- 8 Stk. Hühneroberkeulen
- 500 g Tofu (sehr fest)

Obst & Gemüse

- 
- 1 Dose Ananas
 - 50 g gehackte Nüsse
 - 70 g Pinienkerne
 - 120 g Mandeln
 - 250 ml Ananassaft
 - 4 Stk. Äpfel
 - 3 Stk. Zucchini
 - 3 Stk. Zwiebel
 - 2 Stk. Paprika
 - 4 Stk. Tomaten
 - 1 Pkg. Rucola
 - 1 Bund Koriander
 - Zitronensaft

Milchprodukte & Co

- 250 g Frischkäse
- 450 g Naturjoghurt
- 4 Stk. Eidotter
- 4 Stk. Eier
- 250 ml Milch
- 100 g Parmesan
- 70 g Ricotta
- 200 g Griechischer Schafskäse
- Butter

Sonstiges

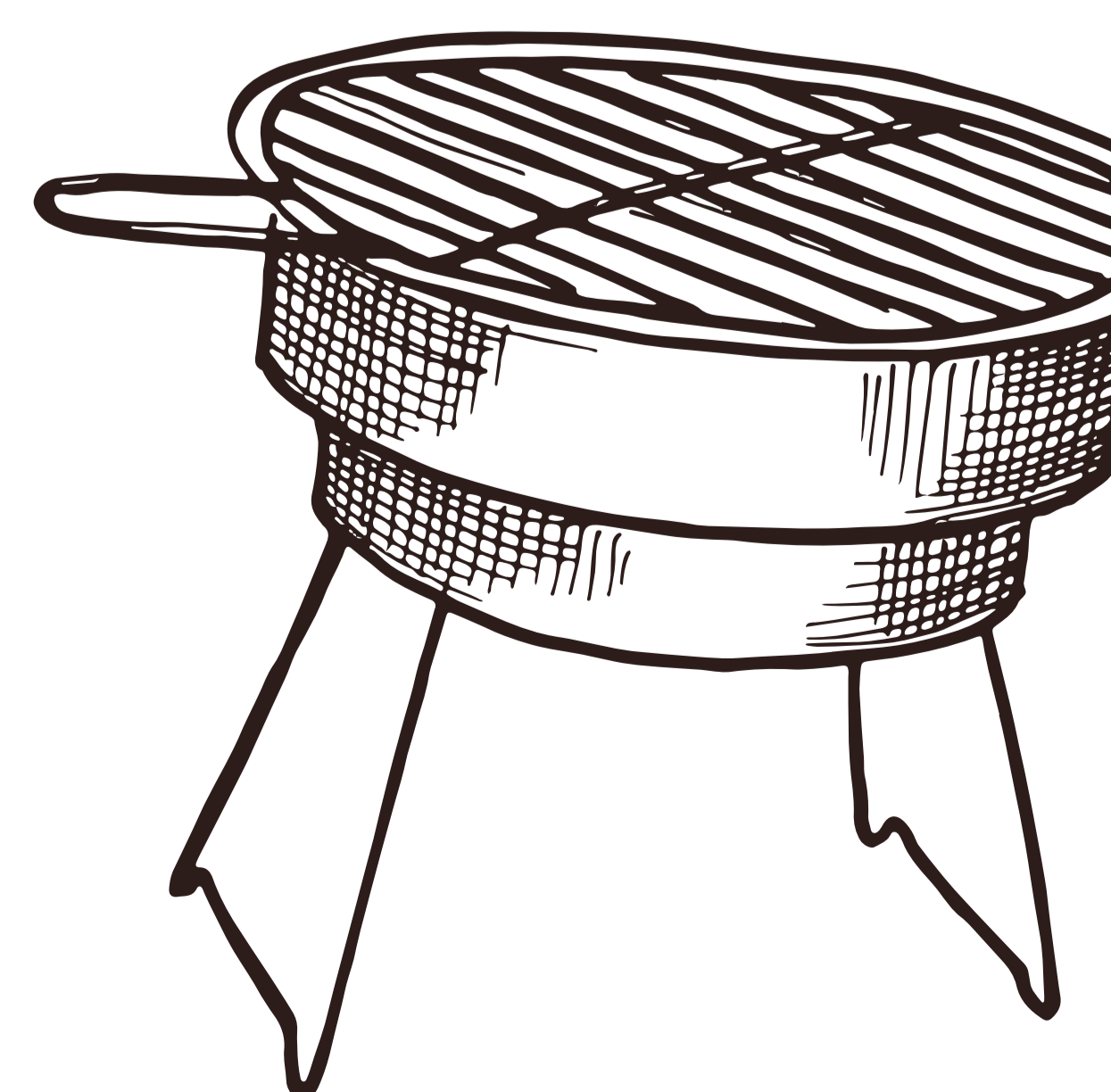
- 
- Tomatenmark
 - Ketchup
 - Apfelessig
 - Öl
 - Sojasauce
 - Klare Gemüsesuppe
 - Honig
 - Balsamicoessig, dunkel
 - Zucker
 - 200 g Ciabatta
 - 250 g Polenta
 - 18 Stk. Holzspieße
 - 4 Stk. Semmeln (Vortag)

Kotányi Kräuter & Gewürze

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| Curry Madras | Zitronenschalen |
| Chili, scharf | Bourbon Vanillezucker |
| Meersalz, grob | 2 Stk. Bourbon Vanilleschote |
| Gyros Gewürzmischung | Zimt, gemahlen |
| Majoran, gerebelt | Paprika, geräuchert |
| Petersilie, geschnitten | Knoblauch, granuliert |
| Thymian, gerebelt | Curcuma, gemahlen |
| Pfeffer bunt, ganz | Koriander, gemahlen |
| Grill Geflügel Gewürzmischung | Tomate-Kräuter, pikant |



**TIPP: AUF DRINKS UND
KNABBEREIEN
NICHT VERGESSEN!**



TIPPS UND TRICKS



Um am Tag deiner Grillfeier so wenig Stress wie möglich zu haben, findest du hier ein paar nützliche Tipps, die dir bei der Zubereitung der Rezepte helfen!

Gutes Gelingen wünscht dir Kotányi!



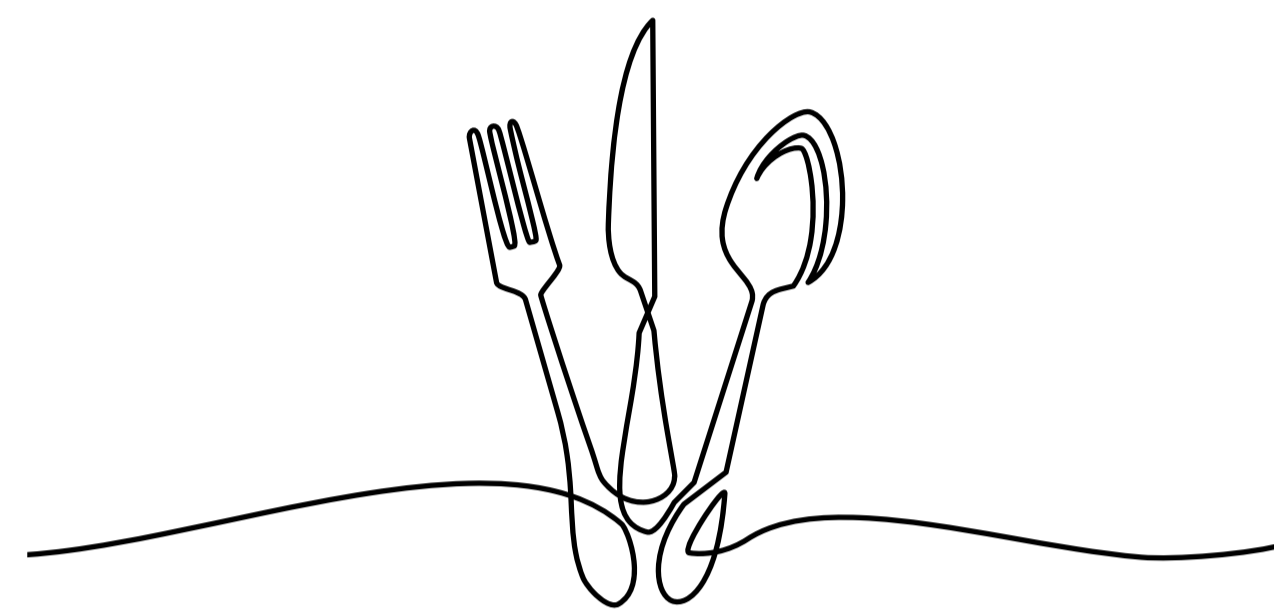
Folienkartoffel mit Curry-Joghurtcreme

Zubereitungszeit: 45-60 Minuten

Die Curry-Joghurtcreme kannst du ganz einfach im Voraus zubereiten!

Damit die Folienkartoffeln garantiert durch sind: Koche sie für ca. 10 Minuten, bevor sie auf den Rost wandern.

Um das Gericht vegan zu machen, ersetze Frischkäse + Joghurt einfach mit veganem Skyr Joghurt!



Huhn Hawaii Style

Zubereitungszeit: 90-95 Minuten

Mariniere das Huhn am Vorabend. Das sorgt für mehr Aroma und spart dir Zeit.

Auch die Polenta kannst du am Tag davor zubereiten.

Schneide das Gemüse für die Ratatouille ebenfalls am Vorabend.

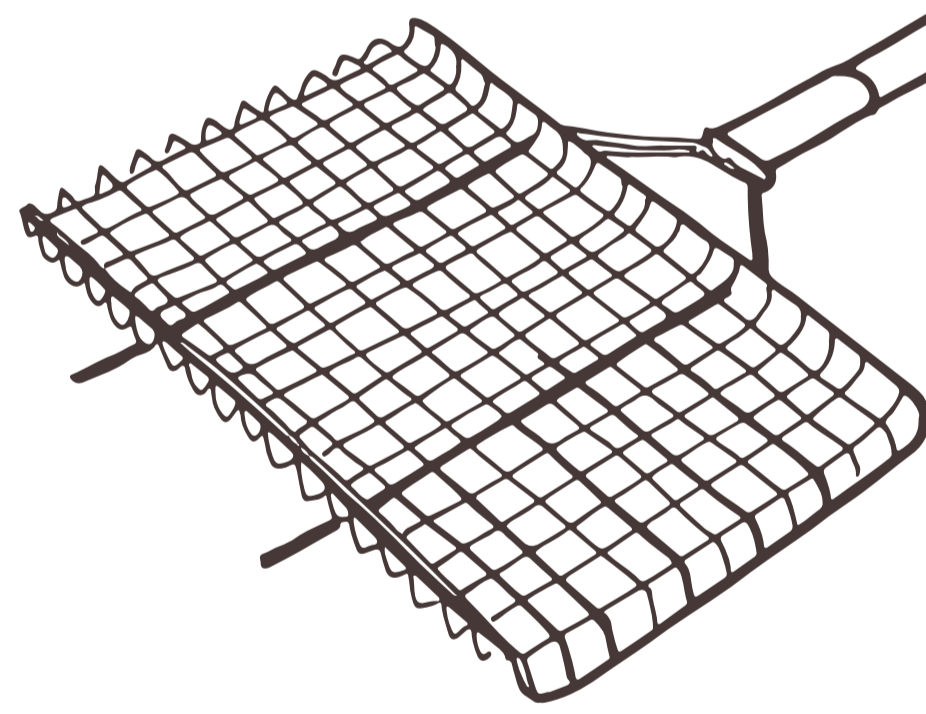


Tofu Spieße

Zubereitungszeit: 30-45 Minuten

Wie beim Huhn, marinierst du den Tofu am besten am Vorabend.

Profi-Tipp: Die Spieße in einer Fischzange grillen – das Wenden klappt so im Handumdrehen!



Semmel-Vanilleauflauf

Zubereitungszeit: 80-90 Minuten

Hier passen sowohl Haselnüsse, als auch Mandeln oder Walnüsse. Such es dir aus!

Tipp: Die Semmeln können problemlos durch Brioche, Sandwich und Hefezopf ersetzt werden.

Vegane Variante: Ersetze Milch und Butter mit den pflanzlichen Alternativen, und verwende statt Eischnee einfach Aquafaba, das funktioniert mindestens genauso gut!

LUST AUF EINEN MOCKTAIL?

Probier es mit einem Virgin Mojito:

120 ml Limettensaft (2-3 Limetten)

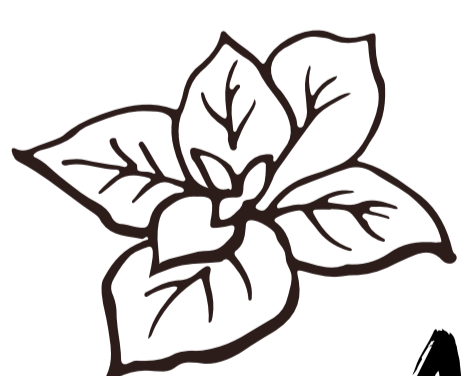
750 ml Soda

Eiswürfel nach Bedarf

50 g Zucker

3 EL Kotányi Grüne Minze

Frische Minzblätter



Mediterran gewürzter Brotsalat mit Ricotta

Zubereitungszeit: 15-20 Minuten

Wenn du kein Ciabatta findest, kannst du auch einfach ein gutes Baguette verwenden. Hauptsache Weißbrot!

Tipp: Zerdrückte Knoblauchzehe beim Brot-Rösten begeben – bringt mehr Geschmack in den Salat!

Wenn du den Ricotta durch z.B. veganen Feta ersetzt und den Honig mit Agavensirup, hast du eine pflanzenbasierte Version

