

Veronika Pichl

Das Grillbuch
für Frauen

riva



INHALT

- 8 *Frauen an den Grill!*
- 10 *Köstliche Genussmomente*
- 12 *Tipps und Tricks zum Grillen*
- 16 *Zu den Rezepten*
- 19 *Bunte Salate*
- 20 Sommerlicher Nudelsalat
- 22 Kartoffelsalat mit Gurken und Radieschen
- 24 Kunterbunter Maissalat
- 26 Mexikanischer Schichtsalat
- 28 Klassischer Schichtsalat
- 31 *Dips, Saßen und Grillwürze*
- 32 Joghurt-Kräuter-Soße
- 34 Sour Cream
- 36 Barbecue-Basis-Rub
- 38 Mais-Paprika-Dip
- 40 Barbecue-Soße
- 42 Hausgemachtes Tomatenketchup
- 44 Kräutermarinade

47 *Grillbrote*

- 48 Focaccia Garden
- 50 Pesto-Faltenbrot
- 52 Pita- oder Fladenbrot vom Grill
- 54 Zupfbrot

57 *Grillbutter und Aufstriche*

- 58 Tomatenbutter
- 58 Kräuterbutter
- 60 Mediterranes Butter Board
- 62 Bunte Frischkäseällchen

65 *Kreative Spieße*

- 66 Antipasti am Spieß
- 68 Regenbogen-Veggie-Spieße
- 70 Halloumi-Gemüse-Spieße
- 72 Hähnchen-Saté-Spieße mit Erdnusssoße
- 74 Puten-Salbei-Spieße
- 76 Würstchen-Schaschlik
- 78 Kartoffel-Würstchen-Spieße

81 *Burger und Wraps*

- 82 Mini-Burger
- 86 Süßkartoffel-Steak-Burger
- 88 Falafel-Burger
- 91 Steak-Fajitas mit Salsa-Soße
- 94 Wraps mit gegrilltem Halloumi, Gemüse, Salat und Hummus





97 *Vegetarisches und Veganes*

- 98 Gegrillte Karotten mit Mandelstückchen
- 100 Spargel-Tomaten-Grillteller
- 102 Mediterranes Gemüse vom Grill
- 104 Gegrillte Zucchini-Steaks
- 106 Grillkartoffeln
- 108 Gefüllte Paprika
- 110 Zucchini-Tomaten-Päckchen
- 112 Gegrillte Süßkartoffelscheiben mit Guacamole

115 *Fleisch, Fisch, Geflügel und Meeresfrüchte*

- 116 Paprika-Hack-Ringe
- 118 Gefüllte Champignons Elsässer Art
- 120 Camembert im Bacon-Mantel mit Gurkensalat
- 122 Ćevapčići
- 124 Paprika-Rindfleisch-Röllchen
- 126 Honig-BBQ-Chicken-Wings
- 128 Hähnchen-Ananas-Gemüse-Grillplatte
- 130 Hähnchen-Bruschetta
- 132 Lachs-Gemüse-Päckchen
- 134 Lachs mit Tomaten-Avocado-Salsa
- 136 Garnelen mit gegrilltem Chicorée
- 138 Garnelen mit Mango-Salat

141 *Süßes und Desserts*

- 142 Bunte Fruchtspieße mit Joghurt-Dip
- 144 Joghurt-Creme mit gegrillten Feigen
- 146 Gegrillte Apfelringe
- 148 Feigenblüten mit Schafskäse-Honig-Füllung

- 150 Gegrillter Pfirsich
- 152 Vanilleeis
- 154 Blitz-Sorbet

157 Erfrischende Drinks

- 158 Melonen-Bowle
- 160 Pfirsich-Eistee
- 162 Ipanema-Mocktail
- 164 Berrylicious
- 166 Dekorative Eiswürfel

168 Über die Autorin

169 Bonusmaterial zum Buch

172 Zutatenregister

