

# 55 Fragen und Antworten:

Wissenswertes rund ums Grillen

## Nützliche Grill-Hacks für Bessergriller

---

### 1. Wie das Schmelzen der Knoblauch- oder Kräuterbutter vermeiden?

Schneiden Sie die Butter in portionsgerechte Stücke oder Scheiben und lagern diese in einer Schale mit kaltem Wasser und Eiswürfeln. Alternativ können Sie Eiswürfel und Wasser auch in eine größere Schüssel füllen und hier die Butter in einer kleineren Schüssel hineinstellen.

### 2. Wie werden Grillspieße stabiler?

Grillspieße sind lecker, aber oftmals nicht wirklich stabil. So dreht sich das aufgespießte Grillgut beim Wenden immer mit. Damit die Spieße fester werden und die Zubereitung einfacher wird, nutzen Sie einfach zwei parallele Spieße – schon lassen sich Spieße leicht Drehen und Wenden.

### 3. Was tue ich, wenn ich keinen Abstandhalter zum Temperaturmessen zur Hand habe?

Nutzen Sie einfach eine Kartoffel. In diese stecken Sie mittig den Temperaturfühler des digitalen Thermometers. Die Kartoffel legen Sie auf den Grill und so hat der Temperaturfühler immer genügend Abstand zum Grillrost.

### 4. Wie kann ich Kräuteraromen erzeugen?

Hierzu können Sie die Kräuter, wie Rosmarin, Lorbeerblätter oder Thymian, bei indirekter Hitze in die Tropfschale legen. Es entsteht Rauch, der zum Grillgut aufsteigt. Ebenso können Sie die Kräuter auch in Päckchen aus Alufolie wickeln und direkt in die Glut legen.

### 5. Welche Eiswürfel für Wein und Bowlen?

Eine besonders dekorative und leckere Variante stellen Früchte dar. Frieren Sie die Früchte ein und geben diese später zu den Getränken. Weintrauben eignen sich hervorragend für Wein. Beeren für Sangria und andere Bowlen. Das Beste: Die Früchte können nach dem Auftauen mitgegessen werden.

## Gesund grillen für ein sorgenfreies Grillvergnügen

---

### 6. Darf ich rosa Schweinefleisch verzehren?

Oft wird auch heute noch vor der Trichinose-Gefahr bei rosa Schweinefleisch gewarnt. Diese Gefahr ist aber unbegründet, da Trichinose (Infektionserkrankung durch Fadenwürmer) heute in der Masttierhaltung nahezu ausgerottet ist. Beim Verzehr von Wildschwein besteht jedoch noch weiterhin die Gefahr, sodass Sie Wild nur gut durchgegart verzehren sollten. Der Parasit wird bei 59 °C abgetötet.

### **7. Kann ich verkohlte Stellen bedenkenlos mitessen?**

Nein. Schneiden Sie verkohlte Stellen vor dem Verzehr großzügig ab. Auch hier können sich gesundheitsschädliche Stoffe bilden, sogenannte heterozyklische aromatische Amine. Diese können in die Darmzellen eindringen und bösartige Veränderungen im Erbgut hervorrufen.

### **8. Ist Grillen über dem offenen Feuer gesundheitsschädlich?**

Grillen über dem offenen Feuer kann gesundheitsschädlich sein, sofern Marinade, Fette oder Öle in die Glut tropfen und sich Rauch bildet. Möchten Sie ohne Gesundheitsgefahren Grillen, dann nehmen Sie einen Elektrogrill. Dieser grillt Ihr Grillgut nicht nur gesünder, sondern auch schneller. Für fehlendes Raucharoma können Sie flüssiges Raucharoma verwenden und über das Grillgut sprühen.

### **9. Darf ich gepökelttes Fleisch grillen?**

Gepökelttes Fleisch gehört nicht auf den Grill. In diesem ist Nitritpökelsalz enthalten. Bei zu starker Erhitzung bilden sich aus den Pökelsalzen Nitrosamine, welche hochgradig krebserregend sind. Daher sollten Sie vom Grillen von Räucherspeck, Kasseler, Leberkäse und weiteren Pökelfleischen lieber absehen.

### **10. Wie oft sollte ich maximal pro Woche Fleisch verzehren?**

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt den wöchentlichen Verzehr von maximal 300-600 g Fleisch. Ebenso rät diese, nicht häufiger als ein- bis zweimal pro Woche gegrilltes Fleisch zu verzehren. Der Gesundheit zuliebe sollten Sie ab und an vegan oder vegetarisch grillen. Auch gesunde Fleischalternativen, gegrilltes Gemüse oder Fisch sind gute Alternativen zu Fleisch.

### **11. Welche Beilagen eignen sich zum gesunden Grillen?**

Gesunde Beilagen zum Grillen gibt es für jeden Geschmack. Zugreifen ohne Reue können Sie bei Salaten mit leichtem Dressing, Gemüse in jeglichen Variationen oder Folienkartoffel mit Kräuterquark. Müssen Sie auf Ihre Linie achten, dann sollten Sie sich bei Dickmachern wie Brot, Salaten mit Mayonnaise oder fetten Dips zurückhalten.

### **12. Bei welchem Grillgut besteht Salmonellengefahr?**

Besondere Vorsicht sollten Sie im Umgang mit rohem Geflügel, wie Hähnchen oder Pute, walten lassen. Aber auch in rohem Fisch oder rohen Eiern können Bakterien entstehen und so Durchfall, Erbrechen und Übelkeit hervorrufen. Je wärmer es draußen ist, desto schneller vermehren sich die Keime.

Daher sollten Sie bei langen Grillfesten in der Sonne auf Salate mit Mayonnaise oder Nachspeisen mit rohen Eiern verzichten. Kühlen Sie rohes Fleisch immer ausreichend und ohne Unterbrechungen. Waschen Sie ebenso nach der Zubereitung von Geflügel und Fisch immer alle Materialien sowie Ihre Hände sorgfältig ab.

## Equipment & Grill: Reinigung/Wartung

---

### 13. Wie reinige ich den Rost am effektivsten?

Hier gibt es verschiedene Tipps. Entweder reinigen Sie den Grillrost noch, solange dieser warm ist, mit einer Grillbürste. Eine weitere Möglichkeit ist es, den Rost über Nacht in feuchtes Zeitungspapier einzuwickeln. Durch die Druckerschwärze lösen sich Fett und krustige Verschmutzungen, sodass Sie den Rost mit Wasser und Bürste leicht reinigen können. Haben Sie in Ihrem Garten Rasen, dann legen Sie den erkalteten Rost über Nacht ins Gras – am besten in Zeitungspapier. Die Feuchtigkeit durch den Morgentau weicht Krusten an und Sie können diese einfach abbürsten. Je älter die Verkrustung, desto schwieriger gestaltet sich die Reinigung des Grills.

### 14. Wie erkenne ich den Restbestand in der Gasflasche?

Sind Sie sich nicht sicher, wie viel Flüssig-Gas noch in der Flasche ist, dann können Sie die Gasflasche ganz einfach wiegen. Hierzu benötigen Sie eine Waage mit Tara-Funktion. Ziehen Sie das eingeschlagene Gewicht der Verpackung einfach ab und Sie wissen, wie viel Gas noch zur Verfügung steht. Nutzen Sie die Gasflasche intensiv, so beschlägt diese bei feuchter Umgebungsluft in der Höhe des Restfüllbestands – hier können Sie die Menge nun einfach ablesen.

### 15. Wie verstau ich den Grill im Winter?

Möchten Sie den Grill im Winter sicher und richtig lagern, dann ist das oberste Gebot eine ordentliche sowie komplette Reinigung aller Einzelteile. Verstauen Sie immer nur einen sauberen Grill. Besitzen Sie einen Gasgrill, so muss die Gasflasche entfernt werden. Achten Sie hierbei darauf, den Flaschenhahn fest zu verschließen und die Schutzkappe über das Ventil zu ziehen. Haben Sie ein Plätzchen in Keller, Gartenhaus oder Garage frei, dann können Sie hier den Grill zum Überwintern parken. Besteht diese Möglichkeit nicht, dann stellen Sie den Grill in einen wind- und wettergeschützten Bereich. Besteht auch diese Möglichkeit nicht, sollten Sie über eine wetterfeste Abdeckplane nachdenken, mit der Sie Ihren Grill schützen können.

### 16. Wie und wo lagere ich die Gasflasche?

Lagern Sie eine Gasflasche niemals im Haus oder Keller, egal wie kalt es draußen ist. Die Gasflasche stellen Sie, mit zugebautem Flaschenhahn und Schutzkappe, an einen geschützten Platz im Freien – Minusgrade machen dieser nichts aus. In Innenräumen besteht akute Explosionsgefahr, sollte versehentlich Gas austreten und sich dieses entzünden.

### 17. Wie entferne ich erfolgreich Rost?

Schnell ist es passiert, Sie wollen im Sommer den Grill wieder in Betrieb nehmen und entdecken Rost am Grillgitter. Entfernen können Sie Rost auf zwei Arten: Mit einem Schwamm aus Stahlwolle können Sie das Gitter mit heißem Wasser ordentlich abscrubben. Der Nachteil dieser Methode ist, dass Sie so nicht alle Rillen erreichen. Effektiver gehen Sie vor, wenn Sie den Grillrost luftdicht in Alufolie wickeln und für knapp 10 Minuten über die glühende Holzkohle hängen. Ist der Grillrost aufgeheizt, nehmen Sie diesen mit Handschuhen von der Glut und lassen ihn abkühlen. Nach dem Auspacken aus der Folie sollte sich der Rost aufgelöst haben.

## Hilfreiche Spartipps

---

### 18. Welchen Wein für Bowlen verwenden?

Für Bowlen, Sangria oder Glühwein können Sie ruhigen Gewissens zu günstigem Wein greifen. Peppen Sie die Getränke durch frisches und qualitativ hochwertiges Obst auf, so wird kein Gast den Qualitätsunterschied bemerken.

### 19. Kann ich Grillkohle wiederverwenden?

Ja, Sie können Holzkohle ein zweites Mal verwenden. Grillen Sie im Kugelgrill, so schließen Sie die Luftzufuhr, bis die Glut erlischt. Die Kohle können Sie im Grill lagern. Bei einem anderen Grill schütten Sie die Holzkohle in einen Blecheimer oder –Kiste mit einem verschließbaren Deckel. So Verschlussen erstickt die Glut und die Kohle kann beim nächsten Grillen wieder verwendet werden.

### 20. Mit welchem Grill grille ich am günstigsten?

Am günstigsten grillen Sie mit einem **Elektrogrill**. Der genaue Stromverbrauch hängt von der Leistung des Grills, der Nutzungsintensität sowie der Nutzungsdauer ab. Pauschal lässt sich aber sagen, dass Sie pro Stunde rund 50-60 Cent an Ihren Stromanbieter zahlen müssen.

Beim **Gasgrill** hängt der Gasverbrauch ebenso von verschiedenen Faktoren ab. Je mehr Brenner verbaut wurden und je höher die Kilowatt-Leistung des Grills ist, desto mehr Gas werden Sie benötigen. Im Durchschnitt benötigen Sie für jedes Kilowatt pro Stunde 75 Gramm Gas. Bei einem Gasgrill mit einer Leistung von 15 Kilowatt würden Sie demnach, bei voller Auslastung, in einer Stunde etwa 1.125 Gramm Gas benötigen. Eine 5 Kilo Gasflasche kostet, ohne Pfand, rund 7 Euro. Mit dieser Flasche könnten Sie in diesem Fall etwas mehr als 4 Stunden intensiv grillen.

Beim Klassiker, dem **Holzkohlegrill**, können Sie mit Grillkohle oder Briketts grillen. Briketts glühen länger und gleichmäßiger, Holzkohle glüht jedoch schneller und heißer. Die Kosten richten sich nach dem Produkt, für das Sie sich entscheiden. Angefangen bei etwa 1,50 € für 3 kg sind die Preise nach oben hin offen. Die Menge richtet sich nach der Größe des Grills sowie nach der Grilltechnik. Wollen Sie indirekt grillen, muss nicht der gesamte Boden mit Kohle ausgelegt werden. Bei direkter Hitze hingegen schon. Des Weiteren hängt die benötigte Menge Grillkohle von Art und Menge des Grillguts ab. Das Grillen mit Holzkohle dennoch ist die teuerste Variante.

### 21. Gibt es eine Alternative zu teuren Grillhaltern?

Ganze Fische oder Spare Ribs nehmen viel Platz auf dem Grill ein. Hier eignet sich ein Rippchenhalter. Da dieser als Grillzubehör jedoch sehr teuer ist, können Sie im schwedischen Möbelhaus mit den vier Buchstaben fündig werden. Den Deckelhalter aus der Küchenabteilung können Sie leicht zum Grillhalter zweckentfremden.

### 22. Wie kann ich beim Fleischkauf sparen?

Haben Sie etwas Ahnung vom Fleischzuschnitt, so können Sie das Fleisch beim Metzger am Stück kaufen. Zerlegen Sie die einzelnen Teilstücke selber, so sparen Sie bares Geld und können auch die Dicke der Steaks bestimmen.

## Antworten vom Grillmeister

---

### 23. Was sind die fatalsten Fehler, die ich beim Grillen machen kann?

Zeit, Ungeduld, zu große oder zu wenig Hitze, Lebensmittel in der Sonne liegen lassen, Unsauberkeit und auf TV-Köche hören. Tipp: Besuchen Sie eines der zahlreichen, in Deutschland angebotenen, Grillseminare.

### 24. Was sollte ich beim Kauf eines Grills beachten?

Zunächst sollten Sie herausfinden, welcher Grill-Typ Sie sind. Wenn Sie mit Bauchfleisch und Würstchen zufrieden sind, reicht ein billiger Grill. Der Grill sollte einen Deckel haben, um indirekt Grillen zu können. Außerdem sollte er groß genug sein – es hat sich im Nachhinein noch niemand über zu viel Grillfläche beschwert.



Grillmeister und Autor [Andreas Rummel](#)

### 25. Was kann ich gegen das Anhaften von Grillgut tun?

Der Grillrost sollte gepflegt sein. Er muss nicht glänzen, sollte aber nach dem Grillen ausgebrannt, abgebürstet und regelmäßig gefettet werden. So entsteht eine Patina, die das Ankleben verhindert.

### 26. Gas-, Holzkohle- oder Elektrogrill – wovon schmeckt das Grillgut am besten?

Dem Grillgut ist es egal, woher die Hitze kommt. Alles andere ist Komfort.

### 27. Welche Faktoren können die Garzeit beeinflussen?

Die Größe und Form des Grillgutes, der Wassergehalt und bei Fleisch der Kollagengehalt. Zu den äußeren Einflüssen zählen Temperatur, Wind, Energiezufuhr und die Art des Grillens, ob direkt oder indirekt.

### 28. Was ist die Maillard-Reaktion und was hat diese mit dem Grillen zu tun?

Die Maillard-Reaktion oder Bräunungsreaktion ist beim Grillen das Essentielle. So unterscheidet sich Grillen vom Kochen. Ab 140 °C reagieren Aminosäuren, Kohlenhydrate, Fette und andere Stoffe mit der Hitze und es entsteht der wunderbare Geschmack, den das Grillen ausmacht.

### 29. Stimmt es, das dunkle Grillstreifen für besseren Geschmack stehen?

Nein. Je dunkler/schwärzer die Grillstreifen, desto verbrannter ist das Grillgut an dieser Stelle. Dies wirkt sich auch auf den Geschmack aus: An diesen Stellen schmeckt es bitter. Besser sind gleichmäßig braune Stellen.

### 30. Welches Grillzubehör ist besonders nützlich?

Zum wichtigen Zubehör gehören Plancha oder Gussplatte sowie ein Kerntemperatur-Thermometer.

## Sicher grillen

---

### **31. Wie lösche ich einen Fettbrand?**

Löschen Sie einen Fettbrand niemals mit Wasser! Für den Fall der Fälle sollten Sie einen Eimer mit Sand bereitstehen haben. Alternativ reicht auch eine Löschdecke oder ein Deckel, mit dem Sie den Brand ersticken können.

### **32. Welche Kleidung sollte ich beim Grillen tragen?**

Neben einer Grillschürze und Handschuhen sollten Sie auch Ihre Kleidung auf das Grillen abstimmen. Daher empfiehlt es sich, egal wie heiß es draußen oder vor dem Grill ist, festes, geschlossenes Schuhwerk sowie lange Hosen zu tragen. So minimieren Sie das Verletzungsrisiko durch Glut, Feuer und heißes Fett um ein Vielfaches.

### **33. Was tun bei Verbrennungen?**

Kühlen Sie die Verbrennung sofort mit Wasser. Achten Sie darauf, dass Sie kein eiskaltes Wasser zum Kühlen verwenden, sondern dieses maximal eine Temperatur von 15 °C aufweist. Bei größeren Verbrennungen rufen Sie den Notarzt.

### **34. Wie sieht der optimale Standort für den Grill aus?**

Der Grill sollte immer sicher und fest stehen. Neben der Kippsicherheit sollten Sie den Grill so aufstellen, dass dieser im Windschatten und in sicherer Entfernung zu brennbaren Materialien und Flüssigkeiten steht. Auch in der Nähe der Schläuche von Gasgrills dürfen keine brennbaren Flüssigkeiten gelagert werden. Holzkohlegrills niemals in Innenräumen oder nicht ausreichend belüfteten Räumen in Betrieb nehmen, es herrscht die Gefahr einer Kohlenmonoxidvergiftung!

### **35. Wie zünde ich den Grill richtig an?**

Einen Gasgrill dürfen Sie nur bei geöffnetem Deckel zünden. Beugen Sie sich dabei niemals über den Grill. Bevor Sie zünden, kontrollieren Sie alle Schläuche sorgfältig auf Risse oder Löcher. Holzkohle niemals mit Brennspritus oder Benzin anzünden. Nehmen Sie hierfür Grillanzünder oder einen Anzündkamin zur Hilfe.

## Resteverwertung: Geld & Ressourcen sparen

---

### **36. Wie bekomme ich Ketchup-Reste aus der Flasche?**

Flaschen, in denen noch Reste von Ketchup und Sauce stecken, müssen Sie nicht entsorgen. Geben Sie eine kleine Menge Wasser in die Flasche und schütteln diese ordentlich. Schon können Sie die Reste portionieren und vermeiden Lebensmittelverschwendung.

### **37. Was mache ich mit übrig gebliebenen Saucen?**

Haben Sie noch Sauce vom Braten übrig, so muss diese nicht in den Müll wandern. Geben Sie die Sauce über Nacht in ein Glas und lassen diese erkalten. Am nächsten Tag entfernen Sie das Fett an der Oberfläche und frieren die Saucenreste ein. Zur besseren Portionierung können Sie die Sauce in einen Eiswürfelbehälter geben und einfrieren.

### **38. Wie kann ich Grillmarinade einsparen?**

Marinieren Sie das Grillgut in einer Zipper-Tüte. Hierzu Fleisch und Marinade in die Tüte geben, schließen und gut durchkneten. Nun die Luft herauspressen und über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

### **39. Brot vorschneiden oder nicht?**

Schneiden Sie Brote zum Grillen, wie Baguette oder Fladenbrot, niemals in Scheiben vor. Ihre Gäste sollen sich mit einem scharfen Brotmesser gewünschte Stücke abschneiden oder abbrechen. So bleiben Reste am Stück und können länger aufbewahrt oder eingefroren werden. Ebenso trocknet das Brot so nicht schon im Vorfeld aus.

### **40. Was kann ich aus Grillresten zubereiten?**

Übriggebliebenes Brot vom Grillen können Sie am nächsten Tag als Croutons verwenden. Hierzu das Brot in Würfel schneiden und in Öl mit Kräutern oder Butter anbraten und über den Salat geben. Fleischreste sollten Sie noch einmal kräftig durchbraten und können dieses dann unbeschwert genießen. Schneiden Sie das Fleisch in kleine Schnitzel, so können Sie Salate oder Sandwiches belegen, oder das Grillgut mit Käse überbacken.

---

**41.** „Gas ist ein sehr dankbarer Brennstoff beim Grillen. Jedoch muss man unbedingt sorgsam damit umgehen, um die Sicherheit zu gewährleisten.“

Mein Experten-Tipp: wenn ich mit dem Grillen fertig bin, drehe ich zuerst immer das Gas an der Gasflasche ab, warte einen Moment, dann erst, wenn die Flammen der Brenner am Grill ausgehen, stelle ich die Regler am Grill auf die Stellung „0“. So verbleibt kein Gas in der Leitung von der Flasche zum Grill und ich bin sicher, dass das Ventil der Gasflasche geschlossen ist.“



*Grill-Experte Roland Reiter, Leiter  
"Rolands Grillschule" in  
Bürmoos/Salzburg*

## Grillen für kalorienbewusste Personen

---

### 42. Wie kann ich Ketchup selbst herstellen?

Ketchup ist eine wahre Kalorienbombe. In einer Flasche steckt oftmals mehr Zucker als Tomate. Möchten Sie auf Ihre schlanke Linie achten, dann können Sie Ketchup schnell, einfach und kalorienarm selbst herstellen. Dazu benötigen Sie lediglich passierte Tomaten, Tomatenmark, Salz, Pfeffer etwas Essig und für die Süße nach Belieben einige Tropfen Flüssigsüßstoff.

### 43. Welche Fleischsorte ist am kalorienärmsten?

Mit magerem Geflügelfleisch stehen Sie auf der sicheren Seite. Geflügel hat in 100 g nur etwa 110 kcal. Achten Sie jedoch darauf, dass es sich um unmarinierte Hähnchen- oder Putensteaks handelt. Marinierte Hähnchenschenkel und Fleischstücke mit Haut schlagen kalorientechnisch ordentlich zu Buche.

### 44. Welche Fleischsorte hat die meisten Kalorien?

Das beliebteste Grillgut hat auch gleichzeitig die meisten Kalorien. Würstchen sollten Sie, wenn Sie auf Diät sind, lieber links liegen lassen. Eine Bratwurst hat auf 100 g rund 300 kcal. Eine Nürnberger Rostbratwurst hat auf die gleiche Menge sogar stolze 350 kcal. Kalorienärmer ist da die Geflügelwurst – diese schlägt auf 100 g mit nur mit 230 kcal zu Buche. Aber auch Bauchspeck ist eine wahre Kalorienbombe – 100 g haben durchschnittlich satte 500 kcal, je nach Fettgehalt.

### 45. Wie bekomme ich kalorienreiche Salate leichter?

Sie möchten nicht auf Kartoffel- und Nudelsalat zum Grillen verzichten, Ihren Gästen jedoch keine Kaloriensünden anbieten? Dann ersetzen Sie die fette Mayonnaise durch ein Dressing aus Essig und etwas Öl – schon wird der Salat leichter. Gepaart mit viel Gemüse und dem kalorienarmen Dressing können Sie bei den Salaten dann herzhaft zugreifen.

### 46. Welche Alternative gibt es zu alkoholischen Getränken?

Ganz klar, Bier, Wein & Co. haben viele Kalorien und Alkohol sollten Sie, wenn Sie abnehmen möchten, vermeiden. Doch ein Bier schmeckt zum Grillen so lecker- was tun? Greifen Sie hier lieber zu alkoholfreiem Bier oder Light-Getränken. Mit Eis und Zitrone schmecken und erfrischen diese wunderbar. Als Verdauungshelfer können Sie nach dem Grillen einen Obstbrand genießen.

## Grill-Fakten

---

### 47. Wer steht hauptsächlich am Grill?

Laut einer Umfrage von Statista steht vorwiegend das männliche Geschlecht am Grill. 63 % der Befragten gaben an, dass bei ihnen der Mann für das Grillen verantwortlich ist. Nur 7 % der befragten Personen bestätigten, dass in ihrem Haushalt die Frau am Grill steht. Immerhin: Bei 30 % der Befragten grillen beide Geschlechter gleichermaßen oft.

#### **48. Wie viele Grillunfälle ereignen sich pro Jahr in Deutschland?**

Jährlich ereignen sich rund 4.000 Grillunfälle in Deutschland. Davon führen etwa 400 zu schwersten Brandverletzungen. Grillunfälle mit Verbrennungen werden oft durch den fahrlässigen Einsatz von Brandbeschleunigern verursacht. Betroffene Personen tragen durch einen solchen Unfall nicht nur körperliche Verletzungen und Narben davon, sondern leiden meist auch seelisch noch Jahre unter den Folgen.

#### **49. Welcher Grilltyp ist am beliebtesten?**

Am beliebtesten ist der klassische Holzkohlegrill. Besonders junge Leute oder Familien greifen zu diesem Modell. Mehr als 16 Millionen Holzkohlegrills sind aktuell in deutschen Haushalten vorhanden. Auf Platz zwei folgt der Elektrogrill. Dieser ist vor allem bei Menschen beliebt, die gerne auf dem Balkon grillen. Aber auch Singles und Senioren greifen gerne zu diesem Grillmodell – rund 7 Millionen befinden sich in Privatbesitz. Auf dem dritten Platz reiht sich der Gasgrill ein. Nur 3,5 Millionen Menschen grillen in Deutschland mit Gas.

#### **50. Welches Grillfleisch landet besonders häufig auf dem Grillrost?**

Die Deutschen verzehren besonders gern Schweinefleisch. Dieses landet am häufigsten auf dem Grill. Auch auf dem Treppchen finden sich Geflügel und Rind wieder. Auf Platz vier reiht sich schon Gemüse ein. Grillgerichte mit Fisch, Lamm oder Meeresfrüchten landen auf den letzten Plätzen.

#### **51. Aus welchem Anlass grillen die meisten Deutschen?**

Die meisten Menschen grillen, wenn das Wetter stimmt. Hier muss kein besonderer Anlass vorliegen. Aber auch Geburtstage, Feiertage und Fußballübertragungen sind für viele Personen perfekte Anlässe, den Grill anzuschmeißen.

### **Fehler beim Grillen vermeiden**

---

**SANTOS**  
GRILL ★ SHOP

*Damit Sie bei Ihrem nächsten Grillevent typische Fehler am Rost vermeiden, hier ein paar Ratschläge von den Santos Grillmeistern:*

#### **52. Darf ich Alufolie zum Grillen verwenden?**

Bei öligen und salzigen Gerichten sollten Sie auf Alufolie bei Grillen verzichten. Bei heißen Temperaturen setzt sich Aluminium auf den Lebensmitteln ab. Beim Verzehr nehmen Sie dieses mit auf, was in größeren Mengen gesundheitsschädlich ist. Besser geeignet für ölige Gerichte sind spezielle Einsatzpfannen (statt Rost) für den Grill oder das Verwenden von Backpapier. Zudem ist Alufolie in der Herstellung sehr umweltschädlich.

### **53. Wie zünde ich Holzkohle richtig und sicher an?**

Nehmen Sie zum Anzünden der Holzkohle niemals Brennspritus oder andere chemische Anzünder. Gutes Grillzubehör stellt hier ein Anzündkamin dar. Dieser kann mit natürlichen Hilfsmitteln befüllt werden und so die Kohle sicher und schnell zum Glühen bringen. Zudem kann der Grillkamin auch beim Nachladen von Grillkohle helfen. Hier sollten Sie nämlich niemals kalte Kohlen nachlegen, sondern die Grillkohle zuerst immer komplett durchglühen lassen, bis diese weiß ist.

### **54. Wie nehme ich einen neuen Gasgrill in Betrieb?**

Nennen Sie einen neuen Gasgrill Ihr Eigen, dann sollten Sie diesen vor dem ersten Gebrauch etwa 20 Minuten bei voller Hitze vobrennen bzw. ausbrennen lassen. So werden eventuelle Rückstände sicher entfernt.

Nach dem Grillen schließen Sie den Deckel und lassen den Grill bei voller Hitze nachbrennen. Diese Prozedur lassen Sie so lange laufen, bis die Pyrolyse (=thermo-chemische Spaltung organischer Verbindungen) einsetzt. Hört es auf zu qualmen und stinken, ist es in der Regel so weit. Durch die Pyrolyse wurden alle Rückstände entfernt.

### **55. Wie reinige ich meinen Grill richtig?**

Bürsten Sie den Rost am besten noch bei geringer Hitze ab, um alle Überbleibsel zu entfernen. Beim Edelstahl-Rost war es das schon an nötiger Reinigung. Beim gusseisernen Rost empfiehlt es sich, nach dem Grillen den Rost einzufetten/einzuölen (es kann jedes Öl, mit Ausnahme Olivenöl, benutzt werden). Leeren Sie immer die Fettwanne, falls vorhanden. So riskieren Sie bei nächsten Grillabend keinen Fettbrand.

Wichtig: Nutzen Sie für das Innere des Grills niemals chemische Reinigungsmittel. Alle Komponenten unter der Haube, wie Rost, Grillwanne etc. niemals mit Chemie behandeln. Von außen dürfen Sie Ihren Grill jedoch mit Edelstahlpflege o.ä. auf Hochglanz polieren.

---

## **Über Santos**

[Santos Grills GmbH](#) aus Köln ist heute der weltgrößte Grillfachhändler für Grills und Zubehör. Im großen Kölner Showroom finden Sie über 400 Grillgeräte der führenden Marken aus aller Welt.

Die drei hauseigenen Grillschulen werden jährlich von rund 30.000 Grillfans besucht. Das wechselnde Kursangebot bei den Santos-Grillmeistern lädt Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen ein, etwas Neues zu lernen.

---



[www.grill-wissen.de](http://www.grill-wissen.de) ist ein Produkt von:

mindshape GmbH  
Hohenstaufenring 47-51  
50674 Köln

fon. (0221) 29 20 25 - 0  
fax. (0221) 29 20 25 - 66  
[info@mindshape.de](mailto:info@mindshape.de)

geschäftsführende Gesellschafter:  
Sebastian Erlhofer,  
Robert Neumcke

Registergericht: Amtsgericht Köln, HRB 71255  
UstId: DE275057780  
V.i.S.d.P.: Sebastian Erlhofer