

MEIN KÜCHENGEHEIMNIS

BBQ: Gut Ding will Weile haben

In unserer Freitags-Serie verraten Leser ihr Küchengeheimnis. Heute stellt sich Peter Hoolmans aus Jesenwang im Landkreis Fürstfeldbruck an den Grill. Der 55-Jährige führt uns in die Geheimnisse des Smokens ein. „Das ist gar nicht so schwer“, sagt er.

VON STEPHANIE EBNER

Wer einmal in einer Großküche war, weiß: Kochen ist Schwerstarbeit. Wer mit großen Töpfen hantiert, braucht Muskelkraft. Hanteltraining ist dagegen harmlos. Da ist es eigentlich naheliegend, Kochen als Sport zu bezeichnen. Die Grillers machen dies, sie haben einen „Grillsportverein“. So nennt sich die Plattform im Internet, Zehntausende tummeln sich da und tauschen Fragen rund ums Grillen aus. Ihr Sportgerät: Klar, der Grill.

Peter Hoolmans, Spitzname Pitti, ist einer von ihnen. Früher hatte er einen „ganz einfachen Kugelgrill aus dem Baumarkt“, auf den er im Sommer „schnell mal ein paar Fetzen Fleisch legte“. Heute undenkbar. Peter Hoolmans ist passionierter Grillers, in seiner Küche in Jesenwang hängt eine Urkunde mit der Aufschrift „Silberner Grillrost“.

Vor fünf Jahren hat Hoolmans diese Leidenschaft für sich entdeckt. Mittlerweile ist er ein absoluter Experte auf dem Gebiet. „Wenn ich etwas anpacke, dann richtig“, sagt er leicht. Er hat diverse Grillkurse bei der Vize-Grillweltmeisterin Bettina Seitz besucht – „da lernt man, mit der Kugel umzugehen“. Heute wird gesmoked, nicht gegrillt. Seine Terrasse ist das reinste Grillparadies, Ehefrau Michaela hat ihm einen rollbaren Outdoorküchenblock gebaut, mit den unterschiedlichsten Gerätschaften.

Kaum zu glauben, dass sich der Geschäftsmann einst am liebsten von Fast Food ernährte. Essen war zweitrangig. Vor ein paar Jahren jedoch stellte er seine Ernährung um, wurde achtsamer. Nachdem er im vergangenen Jahr große gesundheitliche Probleme hatte, machte der IT-Fachmann einen radikalen Schritt. „Seither nehme ich mir regelmäßig Auszeiten. Machte, was mir Spaß macht.“

Bistro-, Koch- und Grillschürzen
Individuelle Bedruckungen
schon ab 1 Stück
www.schuerzenshop-muenchen.de
Ruppertstr. 20, 80337 München

Dazu gehört Grillen ebenso wie mit dem Wohnmobil durch Europa reisen. „Ein Traum“, schwärmt er. Es versteht sich fast von selbst, dass der Jesenwanger mit einem Mobil mit Grill unterwegs ist. Reisen und Grillen, seine beiden neuen Leidenschaften. Im Sommer geht es in den Norden, nach Schweden. „Da wird es viel Fisch geben.“

Auf Reisen wie zuhause im Garten reizt den passionierten Hobbykoch, dass man beim Grillen den größten Teil der Arbeit in der Natur erledigt. Im Sommer verrichtet er fast alle Arbeitsschritte draußen in seiner mobilen Küche. In der kalten Jahreszeit verkürzt er die Outdoor-Zeiten, da wird nur am Grill gearbeitet.

Eine wichtige Weisheit beim Grillen oder besser gesagt beim BBQ lautet: „Gut Ding will Weile haben.“ Die besten Rezepte dauern etwas. Das fängt schon an beim Würzen oder „Mopen“, wie Fachmann Peter Hoolmans das Marinieren des Fleisches nennt. Tagelang, manchmal auch wochenlang, kann der Grillfan an der richtigen Mischung für seine Rubs



Grillen ist seine Leidenschaft: Peter Hoolmans (55) ist ein begeisterter Grillfan. Im Sommer schmeißt er drei- bis viermal die Woche den Grill in seinem Garten an. Er hat verschiedene Grillsysteme, sein ganzer Stolz ist ein rollbarer Outdoorküchenblock, den seine Frau Michaela (Bild unten Mitte) gebaut hat. Die Hoolmans haben Merkur-Redakteurin Stephanie Ebner ein paar BBQ-Tricks verraten (unten). FOTOS: OLIVER BODMER



Mit diesen Rezepten gelingt auch Anfängern das Smoken

MoinkBalls (für ca. 20 Stück)

500 g Schweinehack
500 g Rinderhackfleisch
4 EL Rub (siehe unten)
20 Käsewürfel nach Geschmack
40 Streifen Bacon/Speck
Marinade nach Wahl (möglich: Ribssauce siehe unten)

Zubereitung:

Hackfleisch zusammen mit dem Rub gut mischen und 20 Bällchen à 50 g formen. In die Bällchen jeweils einen Käsewürfel in die Mitte geben und nochmals rund formen. Dann jeweils einen Baconstreifen vertikal und horizontal um den Ball herum legen. Das Fleisch ist nun komplett mit Bacon ummantelt. Alle Bällchen in einer Schüssel/Form über Nacht im Kühlschrank zugedeckt aufbewahren. Nun kann sich der Rub mit dem Bacon und dem Fleisch gut verbinden. Am nächsten Tag etwa 2 Stunden vor Grillbeginn die Balls wieder aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur bringen. In der

Zwischenzeit den Grill auf eine Temperatur von ca. 200 Grad anheizen. Wichtig: Unbedingt darauf achten, dass die Balls nur indirekte Hitze bekommen. Das geht relativ einfach, indem nur eine Seite des Grills mit Kohle befüllt wird und die gegenüberliegende Seite dann zum Grillen verwendet wird. Deckel schließen. Die Balls ca. 20 Minuten knusprig grillen. Anschließend mit der Marinade bestreichen und nochmals ca. 15 Minuten im Grill belassen.



Hackfleisch und viele Gewürze braucht's für die MoinkBalls.

SpareRibs nach der 3-2-1 Methode
SpareRibs Marinade
Rub-Gewürz
300 ml Apfelsaft

Zubereitung:

Die Rippchen von ihrer Silberhaut befreien. Das geht am besten mit einem Kaffeelöffel, den man unter den

zweiten Knochen schiebt und dann die Haut langsam abzieht. Zum Ziehen evtl. ein Blatt Küchenrolle verwenden. Die Ribs ordentlich mit dem Rub einreiben (Einmalhandschuhe verwenden), in eine Schale geben, mit Klarsichtfolie verschließen, über Nacht im Kühlschrank wirken lassen. Niemals irgendwelche Tüten zum Verpacken verwenden, da sich die Weichmacher des Kunststoffs u.U. ins Fleisch bewegen. Ca. 2 Std. vor Grillbeginn die Ribs aus dem Kühlschrank nehmen. Die Ribs für ca. 3h indirekt auf den Grill geben. Am besten ist es, die Ribs zu stellen und nicht zu legen. Dazu eignet sich sehr gut der Tellerhalter eines schwedischen Möbelhauses. Nach 3h die Ribs heraus nehmen und auf Alufolie legen. Jetzt mit dem Apfelsaft gut einpinseln und vielleicht noch etwas Saft extra dazu. Die Ribs gut mit der Folie einwickeln und zurück auf den Grill. Diesmal dürfen sie liegen. Nach 2h können die Ribs wieder herunter. Aus der Folie auspacken, mit Marinade gut ringsherum einpinseln und nochmals für 1h zurück auf den Grill. Jetzt bitte wieder senkrecht im Ribhalter fertiggrillen. So, nach 6h ist ein echtes Gedicht fertiggestellt und es kann verspeist werden.

Die Knochen lösen sich praktisch wie von selbst vom Fleisch.

Rub (Trockenmarinade):

8 EL Paprika (edelsüß), 4 EL Salz (fein), 4 EL Puderzucker, 2 EL Senfpulver, 4 EL Chilipulver, 4 EL Cumin (Kreuzkümmel, gemahlen), 2 EL schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen), 4 EL Knoblauchgranulat, 2 EL Cayenne, 1 EL Zwiebelgranulat, Zucker, Pfeffer und Cayenne können je nach Geschmack mit Rohrzucker, buntem Pfeffer und unterschiedlichen Cayennemengen variiert werden. Alles fein mahlen und gut durchmischen. Bis zu 12 Monate haltbar.

Rib-Marinade:

1,5 TL Senfpulver oder sehr scharfer Senf, 1 TL süßes Paprikapulver, 1/2 TL Oregano, 1/2 TL Cumin, 50 ml Erdnussöl, 2-3 Knoblauchzehen zerdrückt, 1-2 TL Tabasco, 240 ml Tomatenketchup, 75 ml Tomatenmark, 40 g Zucker, 1 EL Apfelessig, 2 EL Worcestershire-Sauce. Alles in einen großen Topf geben und ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze aufkochen. Dann in Einmachgläser abfüllen und abkühlen lassen (wie Marmelade).



50 g Hackfleisch

Aus 500 g Schweinehack und 500 g Rinderhack eine Masse bilden und würzen. Masse bilden und würzen. Dann aus je 50 g eine Kugel formen.



Ein Käsewürfel

In die abgewogene Kugel mit dem Finger eine Mulde drücken. Darin ein Käsestück versenken. Erneut Kugel formen.



Zwei Bacon-Scheiben

Die Hackfleischkugel mit zwei Bacon-Scheiben ummanteln. Die 20 Kugeln in eine Form legen und über Nacht kühl stellen.



Indirekte Glut

Beim Smoken wird das Grillgut nicht direkt über dem Feuer gegrillt, sondern daneben. Anschließend den Grilldeckel schließen.



Die Marinade

Sind die MoinkBalls knusprig, dreht man sie um und bestreicht sie mit Marinade. Dann nochmals 15 Minuten fertig grillen.

(Trockenmarinaden) und Saucen tüfteln, bis er von der passenden Zusammensetzung überzeugt ist – „je schärfer, desto besser“. Auch das Smoken braucht Zeit. Entschleunigung lautet das Motto. „Wer wie ich jahrzehntlang auf Hochtouren gearbeitet hat, genießt es jetzt, stundenlang zu smoken“, also das Fleisch indirekt zu grillen. Und wer einmal die

Schälrippchen, oder SpareRibs wie sie in der Grillsprache heißen, von Peter Hoolmans probieren durfte, versteht, was er meint. Das Fleisch fällt von den Knochen. Eine Sensation. Holzkohle, Gas, Elektro. Peter Hoolmans hat alle Varianten in seinem Garten stehen. „Ganz ehrlich, man schmeckt keinen Unterschied“, sagt er. Das sei eher eine Frage der

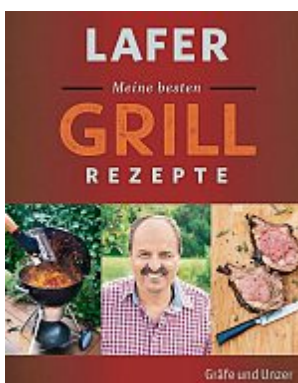
Grill-Philosophie. Es müssen auch keine so edlen Grills, wie bei den Hoolmans sein. Zum Smoken braucht es eigentlich nicht viel, erklärt er: Neben einem Kugelgrill (der ist Grundvoraussetzung für indirektes Grillen) benötigt man „eine vernünftige Grillzange, ein scharfes Messer, ein schönes Brett, eine Fleischkelle zum Umdrehen und ein Thermo-

meter, um die richtige Gartemperatur hinzukriegen. Fertig.“
Todsünden beim Grillen beziehungsweise Smoken sind dagegen „Hektik, zu heiß und zu lange auf direkter Hitze grillen und fertig mariniertes Fleisch verwenden.“
„Gut war's“ – über ein Lob seiner Gäste freut sich Peter Hoolmans am meistens. Das wäre eigentlich Bestätigung ge-

NEU AUF DEM BUCHMARKT

Lafer – Meine besten Grillrezepte

Jetzt wird es heiß. Richtig heiß. Und was gibt es da Schöneres, als den Grill anzuschmeißen? Denn: „Grillen bringt alle Generationen bei Tisch zusammen – es ist eine der geselligsten Formen, gemeinsam ein ausgedehntes Essen zu zelebrieren“, sagt Johann Lafer. Der Fernsehkoch muss es wissen. Jetzt hat er ein Buch mit seinen besten Grillrezepten veröffentlicht. Passionierte Grillers bereiten alles auf dem Grill zu – von der Vorspeise bis zur Nachspeise. Bei Nachspeisen mag man zunächst skeptisch sein, aber die gegrillten Pfirsiche mit Ziegenkäse und süßem Pesto verführen schon beim Lesen. Obwohl Johann Lafer ein Sternekoch ist, verkündet er sich in seinen Büchern nicht mit einer schier endlosen und kaum auffindbaren Zutatenliste. Im Gegenteil: die Liste ist überschaubar, die Zutaten in jedem Supermarkt um die Ecke zu finden. So muss man nicht ewig Zeit beim Einkaufen vertun, sondern kann flott den Grill anwerfen. Auch Vegetarier werden bei Lafer fündig. Tofu in Bananenblatt überzeugt sicher auch so manchen Fleischesser. Ebenso wie die Antipasti vom Grill. Die Auswahl ist endlos. ^{se} *Meine besten Grillrezepte. Johann Lafer. 204 Seiten. Erschienen im Gräfe und Unzer Verlag. 24,99 Euro.*



Grillen – Meisterstücke

Grillen ist Männersache. Auch im 21. Jahrhundert stellt sich bevorzugt das starke Geschlecht an die glühend heißen Kohlen. Das zweite Buch aus der „Beef-Reihe“ spricht so ganz unverblümt auch nur die Männer an: „Grillen – Meisterstücke für Männer“ heißt es und serviert Männern (und Frauen) 80 Rezepte, die die Herzen aller passionierten Grill-Anhänger auf Temperatur bringen. Ungeachtet des Titels macht es einfach Spaß, darin zu blättern. Männern wie Frauen. Bei einer in Limoncello eingelegten Lammkeule kommen sicher Urlaubsgefühle auf. Abgefahren dagegen in einer Porterhouse mit Passionsfrucht-Gin-Butter. Wow. Männer kochen einfach anders. ^{se} *Grillen. Meisterstücke für Männer. Erschienen bei Tre Torri. 256 Seiten. 39,90 Euro.*

