

## Selbstgemachte Grillmarinaden - schnell, lecker & unfassbar würzig



Ob saftige Spareribs, zartes Hähnchen oder feine Rinderhüfte, mit würzigen Marinaden toppst Du sie alle. Würzige Grillmarinaden verfeinert einfach alles, was auf dem Rost gart. Sie verpassen Fleisch, Fisch und Gemüse den letzten Schliff. Hier findet Ihr klassische Basic-Rezepte und neue Ideen für selbstgemachte Marinaden.

### Rezeptidee 1: Kräuter-Senf-Marinade

#### Zutaten:

- 2 Zweige Rosmarin
- 8 Stiele Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Streifen Bio-Zitronenschale (dünn abgeschält)
- 2 TL mittelscharfer Senf
- ¼ TL brauner Zucker
- 200 ml Olivenöl
- schwarzer Pfeffer

#### Zubereitung Kräuter-Senf-Marinade

1. Rosmarin und Thymian abzupfen und fein hacken. Knoblauchzehe in dünne Scheiben schneiden. Alles mit Zitronenschalenstreifen, Senf, braunem Zucker, Olivenöl und etwas schwarzem Pfeffer verrühren.
2. Fleisch oder anderes Grillgut mit der Marinade mischen und abgedeckt mindestens eine Stunde im Kühlschrank marinieren. Fleisch aus der Marinade nehmen und grillen. TIPP: Fleisch und Marinade in einen sauberen Gefrierbeutel geben und verschließen.

Die klassische Kräutermarinade passt perfekt zu Rind-, Schweine- und Lammfleisch.

## Rezeptidee 2: Smoked-Paprika-Marinade

### Zutaten:

- 3 Zweige Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Rauchpaprikapulver (alternativ Paprikapulver edelsüß)
- 1 TL Chiliflocken
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

### Zubereitung Smoked-Paprika-Marinade

1. Thymian abzupfen und fein hacken. Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken oder durch eine Knoblauchpresse drücken.
2. Alle Zutaten kräftig miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

## Rezeptidee 2: Zitronengras-Ingwer-Marinade

### Zutaten:

- 1 Stiel Zitronengras
- 5 g Ingwer (1 Stück)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Stiele Koriander
- 2 EL Sesamöl
- 1 EL Limettensaft

### Zubereitung Zitronengras-Ingwer-Marinade

1. Zitronengras von den holzigen Enden und äußeren Blattschichten befreien. Ingwer und Knoblauch schälen. Koriander waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.
2. Zitronengras, Ingwer, Knoblauch und Koriandergrün fein hacken.
3. Alle Zutaten kräftig miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.