



Presseinformation
der Weber-Stephen Österreich GmbH

SERIE: Gesund Grillen, Teil 4

Schluss mit gesundheitsgefährdender Glut
5 Tipps zur richtigen Verwendung von Briketts & Co.

Wels, August 2017. „Grillen mit Holzkohle ist ungesund“ – das hat man nicht erst einmal gehört. Jürgen Paulitsch, Grillmeister und Experte für den heißen Rost, widerlegt das klar. „Wenn man den Brennstoff richtig verwendet und damit umzugehen weiß, geht von der Glut keine Gefahr aus“, so der Betreiber der Weber Grillacademy Original in Graz und Deutschlandsberg, Steiermark. Beim Brennstoff sollte man auf natürliche Inhaltsstoffe und Gütesiegel achten, außerdem bieten schon wenige Handgriffe Schutz vor Verkohlungsprozessen. Chemische Anzündhilfen haben beim perfekten Grillerlebnis nichts zu suchen. Generell hilft es, die Vorzüge von Holzkohle und Briketts unterscheiden zu können.

1. Auf natürliche Inhaltsstoffe und Gütesiegel achten

„Sind Holzkohle und Briketts natürlichen Ursprungs, schmeckt man das nicht nur – man verzichtet gleichzeitig auf chemische Stoffe, die man im Gegrillten nicht haben will“, so der Experte. Harthölzer wie Buche sind für Kohle am besten geeignet, die Holzkohle von Weber etwa besteht aus einer Mischung aus Buche, Eiche und Hainbuche. Werden diese Holzreste zu Briketts verarbeitet, kommen noch Maisstärke und Wasser dazu. „Unter dem Druck von 50 Tonnen werden diese dann verdichtet. Daher sind sie besonders kompakt, wodurch weniger Staub beim Grillen entsteht“, erklärt Paulitsch. Wer darüber hinaus auf das FSC-Gütesiegel achtet, kann sich sicher sein, dass das verwendete Holz aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und von heimischen Hölzern stammt.

2. Auf chemische Anzündhilfen verzichten

„Chemische Anzünder wie z.B. Spiritus sollten längst Geschichte sein, dennoch muss man immer noch davor warnen: Sie erzeugen ungesunden Rauch, einen auffallenden Geschmack am Grillgut und im schlimmsten Fall Stichflammen“, warnt der Experte. Auf dem Markt findet man zahlreiche Anzündhilfen. Anzündwürfel aus Holzfasern sind ökologisch, geruchslos sowie ohne Paraffin. „Auch hier sollte man wieder auf das FSC-Gütesiegel achten“, so Paulitsch. „Wer dennoch lieber einen Ersatz für Flüssiganzünder verwendet, kann auf die Weber Anzündwürfel zurückgreifen. Die sind umweltverträglich und sicher“, rät der Grillmeister.

3. Holzkohle und Briketts unterscheiden

Der Unterschied zwischen Holzkohle und Briketts ist einfach: Holzkohle produziert eine hohe Hitze für bis zu einer Stunde, Briketts erzeugen eine Raumtemperatur in der Grillkammer von rund 250-300 Grad Celsius – dafür aber über mehr als drei Stunden gleichbleibend. „Daher wählt man für Kurzgegrilltes wie Steaks lieber Holzkohle, grillt das Grillgut direkt an und legt es dann bis zum Erreichen der gewünschten Kerntemperatur zur Seite. Möchte man dagegen ein größeres Stück Fleisch wie einen Braten grillen, dauert das mehrere Stunden – dafür eignen sich Briketts besser“, empfiehlt der Experte. Bei Holzkohle wie auch Briketts gilt: Große, kompakte Stücke mit hoher Dichte sind zu bevorzugen. Rillen in den Briketts verbessern die Luftzirkulation und beschleunigen das Anzünden, eine hohe Dichte sorgt für die besonders lange Brenndauer.



4. Verbranntes Grillgut und Stichflammen vermeiden

Verbranntes Grillgut sollte man nicht essen, kleine Pökelstellen kann man wegschneiden. Damit diese aber gar nicht erst entstehen, gibt der Betreiber der Weber Grillacademy Original folgende Tipps: „Vermeiden Sie zu langes, direktes Grillen über der Kohle und setzen Sie für den Großteil der Grillzeit auf indirekte Hitze. Um Stichflammen durch herabtropfendes Fett oder Flüssigkeiten zu verhindern, gilt: Kein Zusammendrücken des Fleisches und stark mariniertes Fleisch vorher abtropfen lassen“. Das Ergebnis dieser einfachen Maßnahmen ist saftiges Fleisch, eine aromatische Grillmarkierung und – das ist schließlich nicht unwesentlich – ein sauberer Grill.

5. Grilltemperatur bewusst regeln

„Es gibt zwei Dinge, die uns bei der Wahl der Temperatur im Grill antreiben: Erstens wollen wir perfekt gegartes Fleisch mit köstlichen Röstaromen, zweitens wollen wir keine verkohlten Stellen oder trockenes Fleisch“, so der Weber Grillmeister. Wer das erreichen will, muss die Temperaturregelung im Griff haben – das geht am besten bei Grills mit Deckel. Die Hitze im Grill wird durch die Lüftungsschieber reguliert. Je weiter diese geöffnet sind, desto höher ist die Hitze im Grill und umgekehrt. Ganz geschlossen sollten die Lüftungsschieber allerdings nur sein, wenn man die Glut ersticken will. Außerdem hilft man sich mit verschiedenen Grillmethoden – durch das Verteilen der Holzkohle auf dem Rost erreicht man verschiedene Hitzezonen. „Die ideale Temperatur beim Grillen liegt je nach Grillgut zwischen 95-290 Grad. Während man Steaks am besten bei einer Temperatur von rund 260-290 Grad grillt, eignen sich 180 Grad besser für Geflügel“, empfiehlt Paulitsch. Spare Ribs, Pulled Pork oder Brisket sind bekannt für lange Garzeiten – daher entscheidet man sich dabei idealerweise für 95-130 Grad.

➔ *Weber versendet aktuell eine 10-teilige Serie zum Thema des gesunden Grillens.*

***Teil 1** befasste sich mit dem Thema „Gesundes Grillen: Leicht und fettarm durch die Grillsaison“, versendet am 20.07.2017.*

***Teil 2** befasste sich mit dem Thema „Temperatur - Das Geheimnis von gesundem Grillen“, versendet am 16.08.2017.*

***Teil 3** befasste sich mit dem Thema „PI Gesundes Grillen: Qualität & Regionalität von Fisch, Fleisch & Co. richtig beurteilen“, versendet am 22.08.2017.*

Sollten Sie Aussendungen nicht empfangen haben, melden Sie sich jederzeit gerne bei uns.



Fotos, Abdruck honorarfrei

Bild 1: Symbolbild Grillen, © Weber-Stephen Österreich GmbH

Bild 2: Jürgen Paulitsch, © www.stefanjoham.com

Über Weber-Stephen

Ein bahnbrechender Einfall von George Stephen hat die Grillwelt revolutioniert: 1952 arbeitete der spätere Gründer der Grill-Marke Weber beim Bojenhersteller Weber Brother Metal Works in Chicago. Stephen fiel die Kugelform aus Metall auf und die Idee, die ihm in den Sinn kam, war ebenso simpel wie genial: Drei Beine an diese Schale montiert, einen Deckel darauf gesetzt, einen Griff daran befestigt und das moderne Holzkohle-Grillzeitalter war eingeläutet. Durch die Kugelform war es nun möglich, den Grill wie einen Umluftherd zu nutzen und schonendere Garmethoden – wie z.B. die indirekte Grillmethode – anzuwenden. Damit begann ein neues Grillzeitalter, das eine bis dahin nicht gekannte kulinarische Vielfalt mit sich brachte. Seit nunmehr 35 Jahren sind die Griller von Weber Stephen in Österreich erhältlich. Im Jahr 2003 wurde die Weber Stephen Österreich GmbH gegründet. Der Firmensitz befindet sich im oberösterreichischen Wels. Seit 2007 lenkt Christian Hubinger als Geschäftsführer die Geschicke des Unternehmens. Ihm und seinen rund zwanzig Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist es gelungen, den Umsatz in Österreich in den letzten neun Jahren zu versechsfachen.

Weitere Auskünfte:

Matthias Fuchs, Marketing
Weber-Stephen Österreich GmbH
Kienzlstraße 17, 4600 Wels
Tel.: +43 7242 890135 36
E-Mail: mfuchs@weberstephen.com

Pressekontakt:

Himmelhoch GmbH, Ansprechpartnerin: Daniela Dworzak
Alser Straße 45, 1080 Wien
Mobil: +43 676 432 7008
E-Mail: daniela.dworzak@himmelhoch.at