



DANMARKS STØRSTE  
*Grillfest*  
**GRILL**

**MED GRILLANDSHOLDDET**



# GRILLANDSHOLDET GI'R DIG NYE SMAGS- OPLEVELSER

Solen skinner, familien er samlet, og det er sommer. Nu skal der hygges – så selvfølgelig skal grillen på banen!

Alt kan grilles – det handler bare om at kaste sig ud i det og prøve sig frem.

Og for at inspirere dig til sommerens lækre grillerier har Det Danske Grillandshold her samlet en række nye opskrifter på nogle af danskernes grillfavoritter. Gode råvarer er naturligvis et must – også når du griller. Derudover er det alfa og omega, at du passer på med ikke at branke kødet. Sørg for at stege det ved lav temperatur over længe tid – det får du absolut det lækreste resultat ud af. Lav varme er i øvrigt også det bedste, når du bruger sukkerholdige marinader. Så undgår du nemlig, at marinaderne brænder på, men derimod karamelliserer og skaber en fantastisk overflade.

Masser af gode grilloplevelser er lige om hjørnet – og husk, at din lokale Føtex altid har det gode kød i køledisken. Hvad venter du på?

God fornøjelse med grillen.

Stig Pedersen  
Stifter af Det Danske Grillandshold



Go' fornøjelse



*Grillandsholdet*





# KEND DINE GRILLMETODER

Husk, at lægge låget på når du griller – det holder på varmen og er med til at få grillen til at virke som en ovn. I dag er mange grill på markedet udstyrede med termometre, så man hele tiden kan følge temperaturen indeni. Hvis din grill ikke har et termometer, får du her en lille tommelfingerregel, som kan hjælpe dig til at opnå den rigtige

temperatur. Med en fyldt grillstarter når man i nærheden af 270°C i grillen, og med en ½ fyldt grillstarter når man op på ca. 180°C. Typen af grillbriketter har dog også rigtig stor betydning for temperaturen, så her kan det være nødvendigt at prøve sig lidt frem og finde frem til sine egne favoritbriketter.

ALFA OG OMEGA VED GRILLNING ER AT KUNNE DE FIRE GRILLMETODER - DET VIL SIGE MÅDEN, DU ENTEN PLACERER BRIKETERNE I KUGLEGRILLEN ELLER TÆNDER BRÆNDERNE I DIN GASGRILL. HER FÅR DU METODERNE - ÉN FOR ÉN.



## DIREKTE

**KUL:** Fordel briketterne jævnt over hele kulristen.

**WEBER Q-GRILL:** Tænd brænderne og indstil varmen som ønsket.

**GAS:** Læg maden direkte over de brænder, du har tændt.

**GOD TIL:** Kyllingefilet, tigerrejer, hamburgere, steaks og mindre stykker kød, der skal have max. 20 minutter.



## INDIREKTE

**KUL:** Fordel briketterne i hver sin side af kulristen. Stil evt. en alubakke i midten til opsamling af kødsaft.

**WEBER Q-GRILL:** På Q300 og Q320 tændes kun den yderste brænder, og på de mindre modeller bruges svag varme over længere tid. Brug en stegholder for det bedste resultat.

**GAS:** Tænd kun de yderste brænder.

**GOD TIL:** Lammekølle, kylling, oksemørbrad, andesteg, flæskesteg og andre større stege, der skal have mindst 20 minutter.



## CIKULÆR

**KUL:** Fordel briketterne i en ring rundt langs kanten af kulristen. Stil evt. en alubakke i midten til opsamling af kødsaft.

**WEBER Q-GRILL:** Ikke muligt - brug den indirekte grillmetode i stedet.

**GAS:** Ikke muligt - brug den indirekte grillmetode i stedet.

**GOD TIL:** Pizza, tærte, brød, kage, kalkun, skinke og andre større stykker kød.



## 50/50

**KUL:** Læg alle briketterne i den ene side af kulristen og stil eventuelt en alubakke i den anden side til opsamling af kødsaft.

**WEBER Q-GRILL:** Svits først kødet ved høj varme. Skru derefter ned og grill indirekte.

**GAS:** Tænd kun brænderne i den ene side. Ved en gasgrill med tre brænder tændes kun de to.

**GOD TIL:** Andebryst, mørbrad, kyllingelår, kyllingebryst og nachos - eller når du skal have gang i flere ting på én gang på grillen. Du kan svitse i den ene side og grille indirekte i den anden.

## OPSKRIFT

# BASICBURGER MED HJEMME- LAVET DRESSING



Peter Bragh

### TIL 4 PERSONER:

600 g hakket oksekød  
4 skiver bacon  
4 skiver cheddarost  
3 dl salatmayonnaise  
125 g syltede agurker

Lidt cayennepeber  
4 gode burgerboller  
1 bakke blandet salat  
2 tomater  
1 rødløg

### (GRILLMETODE: 50/50)

**BURGERBØFFER:** Del det hakkede oksekød i fire stykker og form det herefter til fire bøffer – ca. 1 cm høje. Halvér baconstykkerne og læg dem på toppen af bøfferne. Sæt grillen op til 50/50-grillmetode. Pensl risten med lidt olie og grill derefter bøfferne over direkte varme – start med at grille baconsiden først. Grill bøfferne ca. 8-10 minutter i alt – vend dem undervejs ca. hvert andet minut. Flyt bøfferne over på indirekte varme, og læg en skive cheddarost på hver bøf.

**DRESSING:** Lav dressingen ved at blende salatmayonnaisen med de syltede agurker, og smag derefter til med cayennepeber.

**BURGER:** Lun bollerne på indirekte varme. Lav burgerne ved at smøre bundene med den hjemmelavede dressing, kom derefter den skyllede salatblanding på og placér baconbøffen ovenpå. Slut af med skiverne af tomat og rødløg.

**TIP:** Hvis du vil give din burger et lille twist, kan du f.eks. lave den "US Style", hvor du under tilberedningen af bøfferne pensler dem med BBQ-sauce og samtidig griller et par løgringe, som lægges i hver burger. Du kan også lave den "Mexi Style", hvor du griller bøfferne uden bacon og lægger et par skiver avocado samt lidt jalapeños i hver burger og smører bollens top og bund med salsa. Servér burgeren sammen med nogle lækre grove fritter med salatmayonnaise og en god røget BBQ-sauce.

**TILBEHØR:** Grove fritter, salatmayonnaise og BBQ-sauce.







## OPSKRIFT

# SVINEMØRBRAD I "DRY RUB" MED GRILLEDE MAJS OG RUCOLASALAT

### TIL 4 PERSONER:

1-1,2 kg svinemørbrad  
2 spsk paprika  
2 tsk brun farin  
1½ tsk salt  
1 tsk sennepspulver  
½ tsk løgpulver  
½ tsk hvidløgpulver

4 majscolber  
1 bakke rucolasalat  
1 håndfuld pinjekerner  
40 g revet parmesanost  
1 håndfuld brødcrou-toner  
Olivenerolie  
Salt og peber



Anders Jensen

### (GRILLMETODE: 50/50)

**SVINEMØRBRAD:** Til "dry rub" blandes alle krydderierne grundigt. Laver du mange krydderiblandinger, kan det være en fordel at bruge en kaffemølle, som du giver krydderierne en tur i, så du får en endnu finere blendet krydderiblanding. Men vær opmærksom på, at du så ikke kan bruge kaffemøllen til kaffe igen. Grib svinemørbradene godt med krydderiblandingen – lad dem herefter marinere i minimum 4 timer, før de grilles. Gør grillen klar til 50/50 grillmetode. Kødet grilles ved indirekte varme med lukket låg i ca. 25 minutter eller indtil kernetemperaturen er 67°C.

**MAJS:** Pil bladene af majsene og kog dem først i letsaltet vand i ca. 10 minutter og grill dem derefter på direkte varme i ca. 1 minut på hver side, eller til de begynder at tage farve.

**SALAT:** Salaten blander du af rucola, ristede pinjekerner (rist dem let gyldne i f.eks. en alubakke eller stegeplade på grillen), revet parmesanost og brødcrou-toner. Stænk salaten med olivenolie og krydr let med salt og peber.



## OPSKRIFT

# KAMSTEG MED SØDE LØG OG RUSTIK KAR- TOFFELSALAT



Morten Westh

### TIL 4 PERSONER:

1-1,5 kg ovenklar kamsteg

Frisk timian

Frisk persille

2 store almindelige løg

3 rødløg

(1 til kartoffelsalat + 2 til grillning)

500 g "Nemme kartofler"

1 spsk grovkornet sennep

2 dl creme fraiche (9%)

Saft fra ½ citron

2 forårsløg

Salt og peber

**(GRILLMETODE: INDIREKTE OG DIREKTE VARME)**

**KAM:** Skær kamstegen op med et snit lige under sværene på langs af stegen – pas på ikke at skære sværen helt af. Kom rigeligt med friskhakket timian og persille i "lommen" og krydr med salt og peber. Krydr også rillerne imellem sværene med rigelig salt og lidt peber – husk at komme godt ned i rillerne og ikke kun ovenpå. Stegen skal inden tilberedning snøres med madsnor, så sværene ikke løfter sig i den side, hvor den er skåret op. Stegen grilles herefter ved indirekte varme i en lukket grill i ca. en time, indtil kernetemperaturen er 70°C. OBS - hvis sværene endnu ikke er helt sprøde, kan det hjælpe at vende stegen på hovedet, så sværene peger ned mod kullene på direkte varme. Men hold godt øje med den, så sværene ikke bliver sorte. Lad den herefter trække i 15 minutter inden udskæring.

**LØG:** Skær ½ cm af bunden på de almindelige løg og de to af rødløgene og pak dem herefter ind i alufolie (OBS - løgene skal ikke skrælles inden). Grill dem liggende ved direkte varme ved siden af stegen i 2x20 minutter – efter de første 20 minutter vendes de rundt og grilles på den anden side. Når tiden er gået, og de er møre, skæres et kryds i bunden af folien, og løget kan nemt "smuttes" ud, så skrællen sidder tilbage i folien.

**KARTOFFELSALAT:** Kog kartoflerne og skær dem i halve efter afkøling. Vend kartoflerne med grov sennep, creme fraiche, citronsaft, skiver af rødløg og forårsløg, og smag til med salt og peber.



## OPSKRIFT

# OSSO BUCO MED ET TOUCH AF SOMMER



Eddy René van Bragt

### TIL 4 PERSONER:

4 stykker osso buco	1 skrælet æble
3½ spsk hvedemel	3-4 gulerødder
1 dl hyldeblomstkoncentrat	4 stilke bladselleri
3 dl hvidvin	4 løg
Ca. 1 l kalvebouillon	Skallen af ½ øko-appelsin
(1 l vand + ⅓ af en flaske Touch of taste-bouillon)	Skallen af ½ øko-citron

### (GRILLMETODE: INDIREKTE OG DIREKTE VARME)

Gør grillen klar til indirekte varme – lad den nå en temperatur på ca. 180-200°C. Skræl og rengør grøntsager og æbler og skær dem derefter i rustikke, mundrette størrelser. Læg derefter grøntsager og æblestykker i bunden af en Weber-støbejernswok, en støbejernsgryde eller et dybt ildfast fad og vend hvedemel deri.

Skær små snit ned langs senen, der sidder på kanten af osso buco-stykkerne og grill dem herefter et par minutter ved direkte varme – altså direkte over kullene – indtil osso bucoen får grillmærker. Kom de grillede osso buco-stykker op i wokken oven på grøntsagerne, og stil wokken midt på grillristen.

Tilsæt hyldeblomstkoncentrat, hvidvin og kalvefond. Lad retten stå og simre i ca. 3-3½ time til osso bucoen er mør. Fjern det overskydende fedt inden servering. OBS – hvis der ønskes nogle grøntsager med lidt mere bid i, når retten serveres, kan saucen med fordel sigtes efter 2/3 tid, og de oprindelige grøntsager kasseres. Hæld væden og kødet tilbage i wokken, og tilsæt friske æbler, gulerødder, selleri og løg.

Servér med nye kogte kartofler vendt i masser af friske krydderurter og smør.

**TILBEHØR:** Kartofler, krydderurter, smør og citron- og appelsinskal.



# GRILLANDSHOLDETS

## MARINADE 1:

Hvis du griller fjerkræ og vil løfte det op til en himmelsk oplevelse, er det en god idé at marinere det med den rigtige marinade. Fjerkræ smager vidunderligt sammen med skarpe smagsnuancer fra for eksempel ramsløg og sennep, der komplimenterer kødets fine smag.



## **KYLLING/FJERKRÆ:**

2 dl rapsolie, ramsløg, (eller alternativt godt med hakkede friske urter,) 2 tsk sennep.

## MARINADE 2:

Den samme marinade giver en forskellig smagsoplevelse alt efter hvilken type kød, du bruger. Denne marinade giver et ekstra pift til din fisk – uden at overdøve den fine smag. Og så fungerer den også perfekt sammen med svinekød, som den tilføjer et eksotisk strejf.



## **SVINEKØD/FISK:**

2 gule eller røde peberfrugter – grillet, flået for skind og hakket, 3 tomater, 1 spsk paprika, 1 tsk rød karry, 2 spsk olivenolie.



For at kødet skal optage så meget som muligt af smagen fra marinaden, bør det marineres et par timer, før det grilles – endnu bedre allerede dagen før. Så får du det optimale resultat.





# BEDSTE MARINADER



## MARINADE 3:

Prøv en lækker asiatisk inspireret marinade til fisk og lam. Kombinationen af koriander, ingefær og sesamolie er kendt fra det asiatiske køkken og giver en frisk og sød smag, der bringer orienten til din grillfest.



## FISK/LAM:

2 dl soya, ½ bdt friskhakket koriander, 1 spsk revet ingefær, 1 tsk sesamolie, 2 spsk honning.



## MARINADE 4:

Både spareribs og oksesteg kan bære en kraftig marinade, så her kan du rigtig sætte trumf på smagen. Det gælder om at bevæge sig langt rundt i smagsspektret med både salt, sødt og stærkt og finde den helt rette kombination. Dét vil dine gæster med garanti elske.



## SPARERIBS/OKSEKØD:

1 dl teriyaki, 2 spsk rapsolie, 2 fed hvidløg, ½ dl tomatpuré, 2 spsk revet mørk chokolade, 2 spsk sød chili-sauce, salt og peber.



## OPSKRIFT

# STEGT FLÆSK MED RÅSTEGTE KARTOFLER OG PERSILLECREME

### TIL 4 PERSONER:

600 g flæsk i skiver  
500 g "Nemme kartofler"  
Olivenolie  
Frisk persille



*Claus Hasse*

Cremafraiche (9%)  
Citronsaft  
Salt og peber

### (GRILLMETODE: 50/50)

**FLÆSK:** Grill flæsk i skiver ved direkte varme, indtil de er sprøde – husk at vende dem ofte undervejs. Pas især på hvis du bruger kuglegrill, da det godt kan flamme op. Efterhånden som de bliver færdigstegt, flyt dem over på den side af grillen med indirekte varme, indtil de resterende stykker er stegt. Krydr godt med salt og lidt peber inden servering. Gå aldrig fra grillen, når du griller flæsk.

**KARTOFLER:** Halvér de "Nemme kartofler" og kom dem sammen med lidt olivenolie i en foliebakke eller en varm wok. Grill ved direkte varme, til de er gyldne og møre (ca. 30 minutter). Vend kartoflerne i rigelig friskhakket persille ved servering.

**PERSILLECREME:** Lav persillecremen ved at blande cremefraiche, friskhakket persille, citronsaft og salt og peber.



## OPSKRIFT

# KRONDYR- MØRBRAD MED BAGTE CHERRY- TOMATER OG HVIDE ASPARGES



Per Aastradsen

### TIL 2-3 PERSONER:

1 krondyrmørbrad	Et bdt. hvide asparges
1 fed hvidløg	Lidt revet øko-citronskal
Frisk basilikum	Friske urter (efter eget valg)
Olivenerolie	Revet parmesan
500 g cherrytomater	

### (GRILLMETODE: 50/50)

**MØRBRAD:** Grill mørbraden på kuglegrillen ved brug af 50/50-grillmetode. Grill først mørbraden ved direkte varme, til den er brunet af. Flyt derefter mørbraden til den indirekte side og grill videre i 5-7 minutter – husk at lægget låget på grillen for at holde på varmen. Krydr med salt og peber undervejs. Lad kødet trække 5 minutter inden servering.

**TOMATER:** Blend hvidløg, frisk basilikum og olivenolie godt med en stavblender. Skær tomaterne i halve og kom dem i en foliebakke. Hæld den blendede hvidløgs- og basilikumsolie ud over tomaterne og stil foliebakken på grillen ved indirekte varme. Grill tomaterne i en lukket grill i to timer ved ca. 130°C, til de er godt møre.

**ASPARGES:** Skræl de hvide asparges og halvér dem ned langs midten. Krydr med olivenolie, salt og peber, og grill dem ved direkte varme i 2-3 minutter på hver side. Efter tilberedning anret aspargesene på en tallerken og drys med revet citronskal, hakkede urter og revet parmesan.

Servér sammen med noget godt, groft brød eller flûtes, som evt. lige er lunet lidt på grillen først.

**TILBEHØR:** Groft brød eller flûtes.





## OPSKRIFT

# SKINKEKØD I TERN TILBEREDT I WOK



*Martin Mygdam*

### TIL 4 PERSONER:

600 g skinkekød i tern

½ dl vindrukerneolie

½ tsk revet ingefær

2 fed hvidløg

1 rød chili

250 g champignon

1 bdt forårsløg

½ bdt grønne asparges

1 rød peberfrugt

Nudler

2 spsk sød chilisaucé

2 spsk soya/teriyakisaucé

Salt og peber

### (GRILLMETODE: DIREKTE VARME)

Varm wokken godt op på grillen ved direkte varme. OBS – husk at bruge en wok uden træhåndtag, så de ikke bliver brændt af, når wokken står på grillen.

Brun først kødet godt af i lidt varm vindrukerneolie. Tag kødet op af wokken, og stil det til side. Svits herefter ingefær, hvidløg, chili, champignon, forårsløg i skiver, grønne asparges i skiver og peberfrugt i skiver i wokken i lidt ekstra olie. Kom derpå kødet i wokken igen og tilsæt de kogte nudler.

Smag til med sød chilisaucé, soya- eller teriyakisaucé og salt og peber.







## OPSKRIFT

# OKSEROAST MED COLESLAW OG KRYDDERURTER SOM PYNT



Rasmus Bleeg

### TIL 2-3 PERSONER:

1 okseroast  
2 gulerødder  
¼ hvidkål  
1 rødløg  
2 spsk mayonnaise  
(gerne Hellmann's eller lign.)

1 spsk dijonsennep  
1 spsk hvidvinseddike  
2 spsk cremefraiche  
Saft fra ½ citron  
5 dråber Tabasco  
Salt og peber

### (GRILLMETODE: 50/50)

**OKSEROAST:** Gør grillen klar til 50/50-grillmetode. Brun okseroasten af ved direkte varme, og grill den herefter færdig over den indirekte varme (med låg på grillen), til den når en kerntemperatur på ca. 55°C. Lad den herefter hvile i 10 minutter inden udskæring.

**COLESLAW:** Lav Coleslaw'en af gulerødder, hvidkål, rødløg og hjemmelavet coleslaw-dressing. Skræl og riv gulerødderne på et rivejern, eller alternativt skræl dem i fine, tynde skiver, så man får en coleslaw med et lidt anderledes udseende. Bland herefter gulerødderne med hakket eller revet hvidkål og hakket rødløg.

Lav dressingen ved at blande mayonnaise, dijon-sennep, hvidvinseddike, cremefraiche, citronsaft, tabasco, salt og peber. Bland til sidst den færdige dressing sammen med gulerødder, hvidkål og rødløg.

Servér med groft brød eller flütes og krydderurter som ekstra pynt.

**TILBEHØR:** Groft brød eller flütes og krydderurter til at pynte med.

## OPSKRIFT

# ENTRECÔTES MED FYLDTE BELLA GOMBA- SVAMPE



Stig Pedersen

### TIL 4 PERSONER:

4 entrecôtes	50 g serrano-skinke
Flagesalt	2 spsk rød balsamico-eddike
50 g pinjekerner	Salt og peber
4 store Bella Gomba-svampe	1 spsk rasp
2 fed hvidløg	Revet/skåret parmesanost
2 skalotteløg	Olie

### (GRILLMETODE: DIREKTE OG INDIREKTE VARME)

**ENTRECÔTES:** Grill kødet ved direkte varme – altså placeret lige over kullene. Krydr bøfferne med flagesalt og peber, og grill dem i 2-3 minutter på hver side (tilberedningstiden afhænger både af bøffens tykkelse, og af om den skal være rød eller medium ved servering).

**SVAMPE:** Rist pinjekernerne gyldne i en foliebakke på grillen. Bræk stokkene af svampene og læg svampe-toppene til side til senere brug. Hak stokkene og svits dem i lidt smør på en stegeplade ved direkte varme i få minutter sammen med hakket hvidløg, hakkede skalotteløg og hakket serrano-skinke. Kom lidt rød balsamico, og salt og peber ved og rist let videre. Tilsæt lidt rasp. Vend toppen af svampene på hovedet. Kom fyldet fra stegepladen ned i svampene og drys pinjekerner og revet/skåret parmesan over. Grill de fyldte svampehoveder ved direkte varme i 3-5 minutter alt efter størrelsen på svampene.

Servér evt. med bearnaisesauce og en frisk sommerinspireret salat med f.eks. melon eller æble.

**TILBEHØR:** Bearnaisesauce og salat.







## OPSKRIFT

# CULOTTSTEG MED BLÅBÆR- KOMPOT OG GRILLEDE GRØNNE ASPARGES

### TIL 4 PERSONER:

1,2-1,4 kg culottesteg  
2 spsk akaciehonning  
Masser af frisk timian  
2 skalotteløg  
250 g blåbær

2 spsk rødvin  
1 spsk honning  
1 bdt grønne asparges  
Saft fra ½ citron  
Olivenerolie



*Michael Dahl Thomsen*

### (GRILLMETODE: DIREKTE OG INDIREKTE VARME)

**CULOTTE:** Rids allerførst et ternet mønster i culottens fedtmarmorering på oversiden, så den ikke krøller sammen under tilberedning. Smør herefter culottestegen med akaciehonning og masser af frisk timian. Krydr med salt og peber. Gør grillen klar til indirekte varme. Grill først stegen ved direkte varme, til kødet er brunet af. Flyt så stegen til indirekte varme, sæt låget på grillen og grill videre med fedtsiden opad til en kerntemperatur på ca. 53-60°C (kerntemperaturen afhænger af, hvor rødt kødet ønskes). Lad stegen trække i 15 minutter inden servering.

**BLÅBÆRKOMPOT:** Kom lidt hakket skalotteløg på en stegeplade og svits det ved direkte varme. Tilsæt blåbær, rødvin og honning og lad det glasere let. Blåbærene skal stadig have lidt struktur og bør ikke være helt udkogte. Servér kompotten både kold eller varm.

**ASPARGES:** Krydr de grønne asparges let med salt, peber, citronsaft og olivenolie. Grill dem kort tid på direkte varme, så de stadig har saft og bid.

Servér med bagte kartofler med kryddersmør.

**TILBEHØR:** Bagte kartofler (hertil kryddersmør).





**fotex**  
vi gør mere for dig



  
**DANISH CROWN**