

GRILLEN MIT TOM

Regionale Schmankerl aus Wald und Wasser auch am Grill ein echter Hit

OÖ. Bei einer Grillerei müssen es nicht immer Würstel und Kotelett sein. Auch Fische aus heimischen Gewässern und Wildfleisch erfreuen sich immer größerer Beliebtheit, wie **Tips-Grill-Experte Thomas Friedl** verrät.

von **MICHAELA PRIMESSNIG**

Wie vielfältig der Speiseplan bei Grillereien im Sommer sein kann, zeigt diese Woche Vizegrillweltmeister Tom Friedl aus Naarn. Er hat eine Forelle auf dem Heubett und ein Rehfilet auf dem Brot überbacken mit Camembert für die Leser zubereitet. Als leidenschaftlicher Fischer und Jäger liegt das für ihn auf der Hand. „Man kann natürlich auch Meeresfische und Meeresfrüchte wunderbar grillen, aber auch bei uns bekommt man wunderbare Fische, deshalb empfehle ich schon, in der Regel diese zu wählen. Eine Forelle oder ein Zander bieten sich da wunderbar an oder auch mal ein Karpfen“, so Friedl im Tips-Gespräch. Die Forellen zuerst gut waschen und abtrock-

nen. „Zu beherzigen ist hier die 3-S-Regel: Säubern, Säuern, Salzen. Mit Salz also innen gut würzen, dazu kommen noch Zitronen, gerne auch Kräuter nach Wahl und Knoblauch.“ Anstelle einer Fischtasse verwendet der Grillmeister Heu als Bett. „Man kann es auch trocken nehmen, es fängt nicht zu brennen an, oder aber auch feucht, dann bleibt der Fisch meiner Ansicht nach noch saftiger.“

Indirekt Grillen

Den Grill nun auf indirekte Hitze vorbereiten, beim Kugelgrill also nur ein Drittel mit Kohle füllen, auf den restlichen zwei Dritteln dann das Heu verteilen. Zusätzlich kann man auf die Kohlen noch Räucherhunks verteilen, die dem Fisch eine schöne Farbe und einen angenehmen dezenten Räuchergeschmack verleihen.

Dann den vorbereiteten Fisch auf das Heubett legen und circa 20 bis 25 Minuten bei geschlossenem Deckel gar ziehen lassen. „Der Fisch ist dann perfekt, wenn man die Rückenflosse ganz leicht



Thomas Friedl präsentiert seine Forelle auf dem Heubett.

Fotos: Primeßnig

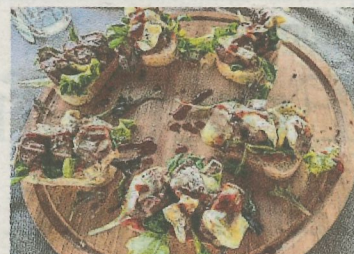
herausziehen kann. Dann ist er wunderbar glasig“, ergänzt Friedl. Danach richtet der Grillchef auch schon an, nebenbei hat er noch Cherrytomaten kurz angegrillt oder in einer Pfanne daneben geschmort, dazu gibt es noch ein gutes Weißbrot, mehr braucht das kulinarische Herz nicht zum Glücklichein.

Als zweite Spezialität bereitet der Wildfan noch ein Rehfilet zu, das innen zart rosa bleiben soll – also nur ganz kurz rundherum an-

grillen, dann rasten und nachziehen lassen. Das Rehfilet wird dann mit einem geschmackigen Chutney auf einem Brötchen angerichtet, man kann es auch noch kurz mit Camembert überbacken – und fertig ist ein wunderbarer Snack oder Zwischengang für die Grillerei, beim Anrichten noch etwas Salat dazu, fertig!

„Wild muss nicht immer klassisch mit Sauce sein, es gibt viele Möglichkeiten, auch für Burger eignet sich das gesunde Wildbret wunderbar“, so der 45-Jährige. Also am besten beim Jäger des Vertrauens anfragen und einem „Wilden Barbecue“ steht nichts mehr im Wege.

Fragen an Tom Friedl können gerne an grillen@tips.at geschickt werden. ■



Rehfilet als Snack oder Vorspeise

LANDESJAGDVERBAND

Neue Broschüre fürs Wildgrillen

OÖ. Herrliches Wildbret ist eines der Produkte der Jagd, das jeder konsumieren kann. Denn das Fleisch einheimischer, freilebender Wildarten ist in vielerlei Hinsicht ein wahrer Genuss. Fürs Grillen erscheint nun eine neue Broschüre.

Wildfleisch ist gesund, bekömmlich und auch außerhalb der herbsttypischen Wildbretzeit sind Reh oder Hirsch regional und frisch erhältlich. Der

Preis von Wild ist nicht höher als der eines Spitzenteils vom Rind und es gibt eine Vielzahl weiterer interessanter und köstlicher Gerichte abseits des klassischen, im Einheitssaft geschmorten Wildbratens.

Aufwendige Rezepte sind nicht nötig, denn beim Kochen oder auch Grillen von Wildbret reicht ein kurzes Braten der fein gesalzenen und gepfefferten Filets meist schon aus. Einen Streifzug durch verschiedene gegrillte



Rehleber vom Grill

Foto: Peter Christian Mayr

Spezialitäten vom Wild hat nun der Landesjagdverband OÖ gemeinsam mit dem „Schlosskoch“ Rupert J. Pferzinger zusammengestellt, natürlich auch gleich ausprobiert und verkostet. Begleitet von tollen Tipps und Tricks, die den Konsumenten beim Zubereiten von Wild helfen sollen.

Die Broschüre ist ab Anfang Juli beim OÖ Landesjagdverband erhältlich. Mehr Infos dazu gibt's auch auf: www.oelvj.at ■