

# Gegrillte Ananas mit Bananen-Maronen-Nicecream



Nach einer Woche Urlaub bin ich wieder im Alltag angekommen. Nachdem ich die Einladung von Isabella angenommen hatte, einige Tage in Zürich vorbei zu schauen, buchte ich spontan noch ein wenig dolce vita dazu und fuhr von dort aus weiter nach Mailand.

Zurück in der Heimat fand ich es endlich mal wieder kühl genug, um den Ofen anzuwerfen und habe eine feine Torte gebacken – die gibt es aber erst kommende Woche, denn heute möchte ich ein Dessert bloggen, das ich in Zürich genossen habe und das perfekt zum Blogevent\* von Jill passt. Das Motto „vegetarisch grillen“ finde ich super, denn Naschkater und ich leben ja auch meistens vegetarisch oder sogar vegan.



Guido, ein langjähriger Freund von Isabella, hatte uns zum Grillen eingeladen. Wir wurden sehr verwöhnt! Als Aperitif entkorkte er eine Flasche Champagner und ich durfte als Vorspeise selbst gefangene und geräucherte Island- Forelle kosten. Schmeckte die guuuut!

Nach köstlichem Steak mit Salat und Rosmarinkartoffeln bekam ich dann den Auftrag, die Glut noch einmal anzufachen. Zum Dessert gab es nämlich gegrillte Ananas mit Zimt und Vanilleeis. So einfach und so lecker!

Heute habe ich sie für Naschkater zubereitet und dazu eine schnelle Bananen-Maronen-Nicecream gemacht. Das Maronenmus hatte ich aus Italien mitgebracht. Falls ihr keinen Grill habt, genügt auch eine gute Grillpfanne – die habe ich heute auch benutzt. =) Gutes gekauftes Vanilleeis schmeckt natürlich ebenso.



**Für 2 Personen:**

1 kleine Ananas

2 große Bananen

1–2 EL Maronenmus (oder 1 Handvoll kandierte Maronen, klein  
gehackt)  
Zimt  
[Minze für die Deko]

Die Bananen einige Stunden vorher schälen, in Stücke schneiden und einfrieren.

Die Ananas schälen, den Strunk in der Mitte ausstechen oder mit einem spitzen Messer herausschneiden. Die Scheiben auf den Grill oder in eine heiße Grillpfanne legen und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun grillen.

Für das Eis die Bananenstücke in eine Schüssel mit flachem Boden geben (ich nehme meist einen kleinen Topf mit hohem Rand) und mit einem kräftigen Stabmixer (oder einem Hochleistungsmixer) zu Eis pürieren. Das Maronenmus (oder die Maronenstücke) unterrühren und eventuell alles noch einmal einfrieren.

Die gegrillte Ananas mit Zimt bestreuen und das Eis dazu servieren.





Ich wünsche euch ein genussvolles Restwochenende – hoffentlich mit Grillwetter!  
Eure Judith

\* Beitrag enthält Werbung in Form einer Blogverlinkung.

---

## Hallo Grillwetter?! Döner mit selbstgebackenem Fladenbrot, Bratwurst, Zucchini und Kräuterquark (Kooperation)



Grill

en verbinde ich normalerweise mit strahlend schönen Sommertagen, lauen Sommerabenden und Natur. Andere Leute sind da härter drauf und grillen das ganze Jahr über. Da steht der Grill dann auf der überdachten Terrasse, auf der Pergola oder dem Balkon. Ich bin eher so eine Schönwetter-Grillerin und stehe auch dazu.

Die Saison haben wir ja bereits an Ostern eröffnet, da war das Wetter noch schön, bevor das launig-regnerische Aprilwetter

losbrach, das sich immer noch nicht ganz verzogen hat, so es hier gerade regnet.

Aber es soll ja besser werden und deswegen habe ich ganz optimistisch meine erste Grill-Idee für euch, die ich mit der Lieferung Kräuterquark von Gervais entwickeln wollte. Kräuterquark liebe ich ja sehr. Ich mache ihn auch gerne selbst, aber oft habe ich auch einen gekauften als Vorrat da, um daraus ein schnelles Knabber-Abendessen mit Möhrensticks zu machen. Dass Kräuterquark aber auch beim Grillen flexibel und kreativ einsetzbar ist, beweist hoffentlich dieser Grill-Döner mit Bratwürsten, gegrillten Zucchini und Quark statt der Döner-Joghurt-Soße.



Man kann natürlich auch gekaufte Fladen- oder Pitabrote nehmen, wenn man sich die Backerei sparen will. (Profis mit ausgefeilterem Grill und etwas Erfahrung können die Brote sicher auch grillen, statt sie im Ofen zu backen.) Vor dem Füllen kann man sie noch einmal kurz auf den Grill legen, damit sie warm und knusprig werden. Auch anderes gegrilltes Gemüse eignet sich natürlich gut, um in die Brote gestopft zu werden.

{Veganer nehmen einfach tierfreie Würste, die Brote sind von selbst vegan. Bei der Soße findet sich sicher ein Ersatz im Kühlregal oder man macht sich eine selbst aus Sojajoghurt. =)  
}





Und so geht's:

### **6 Fladenbrote \* (vegan):**

$\frac{1}{4}$  Würfel Hefe (10 g)

1 TL Zucker

250 g Dinkelmehl (630)

125 g Dinkel-Vollkornmehl

1 gestr. TL Salz

100 + 200 ml lauwarmes Wasser

Die Hefe zerbröckeln, mit dem Zucker in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen. Beide Mehlsorten in eine Schüssel geben und mit dem Salz mischen.

Die aufgelöste Hefe untermischen, dann nach und nach die 200 ml Wasser unterrühren. Alles 10 Minuten lang kneten, bis ein glatter Teig entstanden ist. Zugedeckt 1 Std. ruhen lassen.

Dann noch mal durchkneten, 6 gleich große Kugeln formen (man braucht wahrscheinlich etwas Mehl zum Bearbeiten) und diese noch mal 20 Min. gehen lassen.

Den Ofen auf 220°C Umluft vorheizen und 2 Bleche mit Backpapier belegen.

Die Kugeln zu Fladen formen und jeweils drei davon mit etwas Abstand auf ein Blech legen.

In etwa 20 Minuten backen. Die Brote gehen dabei schön auf und



bilden im Inneren einen kleinen Hohlraum – perfekt zum Aufschneiden und Füllen.

Wenn man die Brote eine Weile aufbewahren will, sollte man sie in ein sauberes Küchentuch hüllen und in einer Dose oder Plastiktüte lagern. Zum Füllen dann kurz grillen oder auftoasten.

### **Döner:**

#### **Pro Portion**

1 Fladenbrot

$\frac{1}{2}$ -1 Bratwurst nach Belieben, in dünnen Scheiben

Ca. 5 Scheiben gegrillte Zucchini

Etwas klein geschnittener Salat (Eisblatt, Frisee, Endivien)

2-3 dünne Spalten Tomate

Frühlingszwiebelringe

1-2 EL (Gervais) Kräuterquark

(wer mag, gibt noch gepressten Knoblauch hinein)

Die Brote seitlich aufschneiden und alle Zutaten hineinfüllen. Am besten beginnt man mit einem Löffel Quark, gibt dann Wurst und Gemüse hinein und obendrauf noch einmal Quark. [nurkochen]



Ich

hoffe, ihr habt alle bald schönsten Grillwetter und wünsche euch eine genussreiche Woche! Bis zum langen Wochenende ist es ja schon fast geschafft! =)

Eure Judith



{Das Rezept entstand in Kooperation mit Gervais.  
Vielen Dank an Sarah von F&H Porter Novelli für die  
freundliche Bereitstellung des Kräuterquarks!} ♥

\* Frei nach dem Rezept für „Fladenbrot mit Schafskäse“ aus  
„Backen! Das Goldene von GU“

---

## Bunter Nudelsalat mit Erbsen, Karotten und Gurke



Heute gibt es Teil II unserer Grill-Beilagen. Zu den Lammkoteletts und den [vegetarischen Ćevapčići](#) an Ostern gab es neben grünem Salat noch Sesambrot aus dem kleinen italienischen *supermercato*, den Naschkater und ich in meiner ehemaligen Schulstadt besucht haben. Dort gibt es riesige Dosen mit eingelegten Artischocken für 8,50 Euro und diese Köstlichkeiten sind ja normalerweise wirklich teuer. Ich liebe solche kleinen kulinarischen Inseln, wo man sich ein bisschen wie auf Reisen fühlt. Man hört von den Mitarbeitern die fremde Sprache, es riecht nach fremdländischen Produkten und man sieht überall Leckereien, die man aus dem Urlaub oder aus Kochbüchern kennt. Dort gab es Tomatenpassata von einer Marke, die meine italienische Lieblingsautorin in ihrem Kochbuch erwähnt und die ich bisher nirgends gesehen hatte. In der Theke lagen köstlich duftende *salame* (dt. Salamis), von denen wir uns die Fenchelsalami aussuchten und bei den Gebäcken konnten wir nicht widerstehen und schoben noch eine Tüte *taralli* in den Einkaufskorb. Dieses runde, herzhafte Knabber-Gebäck aus Apulien schmeckt einfach zu lecker – meine Eltern lernten es letztes Jahr bei ihrer großen Italienreise mit Ziel Stiefelabsatz kennen.





Passe

nd zu diesem kleinen Ausflug in das Urlaubsland meiner Kindheit machten wir zum Grillen einen Nudelsalat. Italienische Pasta in Schmetterlingsform, deutsche Zutaten und Soße – so könnte man ihn beschreiben. =)

Das Rezept stammt von Koch Hännies, einem alten Bundeswehrfreund meines Vaters. Wir haben es leicht abgewandelt, denn er verwendete entweder Mayonnaise oder ein Produkt aus dem Glas für die Soße und beides kommt meiner Ma nicht ins Haus. Aber ich finde, diese Version schmeckt absolut großartig und wir alle freuen uns, wenn dieser Salat endlich mal wieder auf dem Tisch steht.

### **1 große Schüssel:**

500 g Farfalle, gekocht

8 EL ÖL (Raps oder Olive)

1 große Zwiebel

1 kleine Salatgurke

1 große oder 2 mittelgroße Möhre(n)

200 ml Brühe

5 EL Essig (weißer Condimento oder Apfelessig)

3 EL Senf

$\frac{1}{2}$  Glas/Becher Crème fraîche

Salz, Pfeffer

1 kleines Glas/Dose gekochter Erbsen

Die Karotte schälen und längs in feine Scheiben schneiden. Diese stiften und alles in kleine Würfel schneiden. Die Karottenwürfel in einem kleinen Topf und etwas von der Brühe (der Topfboden sollte leicht bedeckt sein) dünsten.

[Etwa jetzt kann man die Nudeln kochen. Dann kann man sie noch heiß mit der Soße vermengen.]

In dieser Zeit die Gurke schälen und ebenfalls klein würfeln. Zur Karotte geben und beides bissfest dünsten. Das Gemüse dann in die Salatschüssel füllen und in dem Töpfchen das Öl erhitzen. Die Zwiebel schälen, würfeln und darin bei mittlerer Hitze dünsten.

Den Herd ausschalten und den Essig, die restliche Brühe sowie den Senf zugeben. Alles verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und die Crème fraîche einrühren. Die Soße zusammen mit Erbsen, Karotten und Gurke zu den Nudeln geben und alles vermischen. Am besten den Salat etwas früher zubereiten und ihn 1-2 Stunden ziehen lassen, dabei immer mal wieder umrühren.



Ich glaube, der Autor und Erzähler Rafik Shami hat nicht umsonst eine ganze Geschichte (oder gar ein ganzes Buch?) den Deutschen und ihrem Nudelsalat gewidmet. Dieser Salat geht einfach immer: Zu Picknick, zu Büffets, zum Grillen, einfach so. Er ist recht einfach und schnell gemacht, schmeckt allen und außerdem machen Nudeln ja auch einfach glücklich, oder? =) In diesem Sinne habt eine genussreiche Restwoche und lasst es

euch am Wochenende gut gehen – es soll ja Grillwetter geben!  
;)  
Eure Judith

---

## Vegetarische Grünkern- Ćevapčići vom Grill



Ich hoffe, ihr habt schöne Ostertage verlebt! Wir hatten ganz entspannte, um nicht zu sagen faule Tage voller guter Mahlzeiten.

Immerhin schafften Naschkater und ich es drei Mal, joggen zu gehen und die Pfälzer Landluft und natürlich die Bewegung taten sehr gut. Überall blühen gerade die Sträucher – ich glaube, es sind meist wilde Mirabellen – und es duftet nach den Blüten und nach Frühling. Findet ihr das auch so wunderbar, wenn die Natur langsam erwacht und es überall anfängt zu grünen und zu duften? Ich spüre da regelrecht, wie ich nach dem langen dunklen Winter ebenfalls aufblühe und



wieder viel mehr Energie habe. =) Am Ostersonntag haben wir das erste Mal für dieses Jahr den Grill angeworfen. Es gab – passend zu Ostern – Lammsteaks, aber auch etwas Vegetarisches für meine Ma. Die Grünkern-Ćevapčići hat sie in ihrem „Vegetarisch für Genießer“ von GU entdeckt und ich glaube, sie war froh, dass ich da war und ihr die „Teigarbeit“ abnahm, denn das Formen ging am besten mit der Hand und sie mag Teig nicht so und kann mit ihm nicht gut umgehen, sei es bei Kuchen oder Grillgut.



Wir haben die Ćevapčići dann vor dem Fleisch auf den Grill gelegt. So bekamen sie schöne Grillstreifen. Danach kam das Lamm, denn die Ćevapčići sollten seinen Geschmack nicht annehmen. Dazu gab es grünen Salat, den bunten Nudelsalat aus Farfalle (Schmetterlingsnudeln) und fruchtigen Bio-Tomatenketchup, den wir mit selbst gemachter Chilisoße meines Pas zu Chiliketchup aufpeppen.

**Für 4 Personen:**

- 1 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 130 g Grünkernschrot
- 2 getrocknete Chilischoten
- je 2 TL Thymian, Oregano, Kreuzkümmel, Koriander

220 ml Gemüsebrühe  
2 EL Paprika, edelsüß  
4-6 gehäufte EL Hirseflocken (ca.60-70g)  
2 Eier  
2 EL Mehl

Zwiebel und Knoblauch schälen, sehr fein würfeln und in einem Topf in dem Olivenöl andünsten. Dann den Grünkernschrot 5 Minuten mitdünsten. Die Chilischote mit den 4 Gewürzen in einem Mörser zerstoßen. Alles zum Grünkern geben und die Brühe angießen. Das Paprikapulver einrühren und alles aufkochen lassen. Dann bei schwacher Hitze 5 Minuten zugedeckt quellen lassen.

Dann die Hirseflocken einrühren, vom Herd nehmen und 10 Minuten abkühlen lassen.

Die Eier und das Mehl unter die abgekühlte Masse mischen und sie mit Salz und Pfeffer würzen. Mit feuchten Händen fingerlange Würstchen formen. Im Rezept steht, man kann sie in einem Teller mit Öl noch gleichmäßig rund drehen; das habe ich weggelassen, weil ich fand, sie sehen schon gleichmäßig genug aus.

Die Ćevapčići in einer heißen Grillpfanne oder auf dem Grill bei mittlerer Hitze 12-15 Minuten rundum grillen. Das erste Mal nach 5-6 Minuten wenden, wenn sie fest geworden sind.

***TIPP:*** Die Ćevapčići sind toll für ein Picknick, denn sie schmecken auch kalt! Gut vorstellen kann ich mir dazu auch einen Joghurtdipp oder ein Zaziki.

*Ansonsten passt ein Salat perfekt dazu.*



Man

kann diese Ćevapčići sicher auch als kleine Taler backen, dann hat man Grünkernbratlinge. Generell sind sie recht pikant, wer es also nicht so gerne scharf mag, sollte die Chili weglassen und vielleicht etwas weniger Paprika nehmen. =)

Habt eine genussvolle Zeit (auch nach Ostern),  
eure Judith