

Das große Outdoor-Grillbuch für jeden Sommerabend

**120 einfache & gelingsichere Rezepte für
Garten, Camping und Grillabende im
Freien – mit Fleisch, Geflügel, Fisch,
Meeresfrüchten, Würstchen, Burgern,
Spießen, Gemüse, Käse, Desserts, Salaten,
Beilagen & Dips**

Martin Keller

Urheberrechtshinweis

© 2026 Martin Keller

Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk einschließlich aller Inhalte, Texte, Rezepte, Anleitungen und Gestaltungselemente ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich zulässigen Grenzen bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Autors.

Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Bearbeitungen, öffentliche Zugänglichmachung sowie die Speicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Rezepte und Hinweise in diesem Buch wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Dennoch können Abweichungen bei Zutaten, Grillgeräten, Temperaturen und Garzeiten auftreten. Eine Haftung für Schäden, Unverträglichkeiten, allergische Reaktionen oder sonstige Folgen aus der Anwendung der Inhalte wird ausgeschlossen, soweit gesetzlich zulässig.

Haftungsausschluss

Die Inhalte dieses Buches dienen ausschließlich der allgemeinen Information und Inspiration für das Kochen und Grillen im privaten Bereich. Sie ersetzen keine professionelle Ernährungsberatung, medizinische Beratung oder individuelle Empfehlung durch qualifizierte Fachpersonen.

Alle Angaben zu Garzeiten, Temperaturen und Nährwerten sind Richtwerte. Je nach Grillgerät, Hitzequelle, Außentemperatur, Größe der Zutaten und persönlicher Zubereitung können die tatsächlichen Ergebnisse abweichen. Fleisch, Fisch, Geflügel und Meeresfrüchte sollten stets vollständig und hygienisch sicher zubereitet werden.

Bitte achte beim Umgang mit offenem Feuer, Glut, Gasgrills, Elektrogrills, scharfen Messern und heißen Grillflächen immer auf ausreichende Sicherheit. Halte Kinder und Haustiere vom heißen Grill fern und beachte die Bedienungsanleitung deines jeweiligen Grillgeräts.

Bei Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten, besonderen Ernährungsformen oder gesundheitlichen Einschränkungen sollten Zutaten sorgfältig geprüft und bei Bedarf durch geeignete Alternativen ersetzt werden. Die Verantwortung für Einkauf, Lagerung, Kühlung, Zubereitung und Verzehr der Speisen liegt bei den Leserinnen und Lesern.

Der Autor und der Verlag übernehmen keine Haftung für Unfälle, Verletzungen, gesundheitliche Beschwerden, Sachschäden oder sonstige Folgen, die direkt oder indirekt durch die Anwendung der in diesem Buch beschriebenen Rezepte, Tipps und Methoden entstehen, soweit gesetzlich zulässig.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
Geflügel vom Outdoor-Grill: Einfache Rezepte für Garten, Camping und Sommerabende	10
Zitronen-Hähnchenschenkel mit Gartenkräutern	10
Putensteaks mit Paprika-Joghurt-Marinade	11
Knusprige Hähnchenflügel mit Rauchpaprika	12
Hähnchenbrust-Spieße mit Zucchini und Zitrone	13
Putenhack-Burger mit Kräuterquark	14
Hähnchenoberkeulen mit Apfel-Senf-Glasur	15
Entenbrust vom Grill mit Orangenduft	16
Hähnchen-Fajita-Päckchen in Alufolie	17
Putenbratwurst mit Zwiebel-Apfel-Topping	18
Hähnchen-Drumsticks mit Kräuterbutter	19
Puten-Gemüse-Spieße mit Curryöl	20
Dutch-Oven-Hähnchen mit Kartoffeln und Lauch	21
Fleischgerichte für den Outdoor-Grill: Herzhaft, einfach und perfekt für Sommerabende	22
Kräuter-Senf-Schweinerückensteaks	22
Espresso-Rinderflanksteak mit Pfefferrub	23
Lammspieße mit Minze und Paprika	24
Kalbssteaks mit Zitronenbutter	25
Speckmantel-Schweinemedaillons vom Grill	26
Rinderburger mit Senfzwiebeln	27
Apfelsaft-Spareribs aus der Folie	28
Cevapcici vom Campinggrill	29
Lamm-Burger mit Joghurt-Minze	30
Kasseler-Steaks mit Grillpfirsich	31
Skirt Steak mit Kräuteröl	32
Wildschweinmedaillons mit Wacholder	33
Kümmel-Krustenbauch vom Rost	34
Würstchen und Hotdogs vom Outdoor-Grill: Schnell, herzhaft und perfekt für Garten, Camping und Seeufer	35
Bratwurst-Schnecken mit Honig-Senf-Lack	35
Rostbratwurst mit Senfzwiebeln im Brötchen	36
Käsekrauter-Hotdogs mit Gurkenrelish	37

Currywurst vom Campinggrill	38
Nürnberger Würstchen mit Kartoffelspießen	39
Krakauer-Hotdogs mit Paprika-Zwiebel-Pfanne	40
Weißwurst vom Grill mit Laugenbrötchen	41
Bacon-Würstchen im Hotdog-Brötchen	42
Merguez-Hotdogs mit Joghurt-Minze	43
Chili-Rindswurst im Mais-Hotdog	44
Fisch und Meeresfrüchte vom Outdoor-Grill: Leicht, frisch und perfekt für Sommerabende	45
Lachsfilet mit Dill-Zitronen-Öl	45
Ganze Forelle mit Kräuterfüllung	46
Kabeljau-Päckchen mit Tomaten und Oliven	47
Garnelenspieße mit Knoblauch-Limetten-Öl	48
Dorade mit Fenchel und Zitrone	49
Thunfischsteaks mit Sesamkruste	50
Calamari-Ringe mit Paprikaöl	51
Makrelenfilets mit Meerrettich-Joghurt	52
Jakobsmuscheln auf der Grillplatte	53
Zanderfilet mit Gurken-Dill-Topping	54
Muschel-Päckchen mit Weißwein und Kräutern	55
Seelachs-Burger mit Zitronenremoulade	56
Gemüse vom Outdoor-Grill: Einfache Rezepte für Garten, Camping und Sommerabende	57
Grüner Spargel mit Zitronen-Senf-Öl	57
Auberginensteaks mit Tomaten-Kräuter-Öl	58
Gefüllte Spitzpaprika mit Couscous	59
Zucchinirollen mit Kräuter-Pinienkern-Füllung	60
Maiskolben mit Paprika-Limetten-Butter	61
Portobello-Pilze mit Balsamico-Zwiebeln	62
Karotten vom Rost mit Honig-Thymian-Glasur	63
Kartoffel-Gemüse-Spieße mit Rosmarinöl	64
Brokkoli-Röschen mit Knoblauch-Zitronen-Öl	65
Rote-Bete-Päckchen mit Apfel und Meerrettich	66
Käse und süße Grillideen für draußen: Einfach, gemütlich und perfekt für Sommerabende	67
Halloumi-Spieße mit Aprikosen und Thymian	67

Feta-Päckchen mit Zucchini und Honig	68
Camembert aus der Grillschale mit Preiselbeeren	69
Grillkäse-Burger mit Tomaten-Senf-Creme	70
Ziegenkäse-Taler mit Trauben vom Rost	71
Gegrillte Pfirsiche mit Mascarponecreme	72
Bananen-Schoko-Päckchen vom Grill	73
Ananasringe mit Kokosquark	74
Apfelringe mit Zimt und Vanillejoghurt	75
Dutch-Oven-Beerencrumble	76
Burger vom Outdoor-Grill: Saftig, einfach und perfekt für Garten, Camping und Sommerabende	77
Portobello-Burger mit Kräuterjoghurt	77
Smash-Burger mit Gurken-Senf-Salat	78
Schweinehack-Burger mit Apfelkraut	79
Kalbsburger mit Rucola-Tomaten-Creme	80
Wildburger mit Preiselbeer-Quark	81
Bohnen-Mais-Burger mit Rauchpaprika	82
Garnelenburger mit Limetten-Krautsalat	83
Brezelburger mit Rind, Rettich und Schnittlauch	84
Auberginen-Burger mit Tomatenpesto	85
Schweizer Röstli-Burger mit Bergkäse	86
Spieße vom Outdoor-Grill: Einfach, bunt und perfekt für Garten, Camping und Sommerabende	87
Schweinefilet-Mango-Spieße mit Salbei	87
Rindfleisch-Pilz-Spieße mit Pfefferöl	88
Lachs-Gurken-Spieße mit Dillöl	89
Kalb-Zwiebel-Spieße mit Zitronenpfeffer	90
Seeteufel-Speck-Spieße mit Rosmarin	91
Tofu-Paprika-Spieße mit Erdnussmarinade	92
Schweinebauch-Pflaumen-Spieße mit Majoran	93
Gemüse-Brot-Spieße mit Knoblauchöl	94
Käse-Trauben-Spieße mit Walnussöl	95
Hackbällchen-Spieße mit Gurkenjoghurt	96
Salate und Beilagen für Outdoor-Grillen: Frisch, sättigend und gut vorzubereiten	97
Tomaten-Brot-Salat mit Basilikum	97
Kartoffel-Radieschen-Salat mit Senfdressing	98

Gurkensalat im Glas mit Dill-Joghurt	99
Couscous-Kräuter-Salat mit Zitrone	100
Bunter Bohnensalat mit roten Zwiebeln	101
Nudelsalat mit Rucola und Zitronenöl	102
Knoblauch-Fladenbrot vom Rost	103
Folienkartoffeln mit Schnittlauchquark	104
Krautsalat mit Kümmel und Apfel	105
Linsensalat mit Feta und Petersilie	106
Mais-Paprika-Salat mit Limette	107
Kräuterbutter-Baguette aus der Folie	108
Dips und Saucen für Outdoor-Grillen: Frisch, würzig und gut transportierbar	109
Paprika-Feta-Creme	109
Rauchpaprika-Joghurt-Dip	110
Honig-Senf-Dip mit Schnittlauch	111
Tomaten-Kräuter-Salsa	112
Knoblauch-Quark mit Petersilie	113
Gurken-Minze-Dip	114
Apfel-Curry-Dip	115
Biergarten-Radieschen-Dip	116
Schnelle Kräuterbutter-Creme	117
Pflaumen-BBQ-Dip	118
Schlusswort	119

Einleitung

Draußen zu grillen bedeutet mehr als nur Essen zuzubereiten. Es ist der Duft von glühender Kohle, das leise Zischen auf dem Rost, das Lachen am Gartentisch und dieses besondere Gefühl, wenn aus einfachen Zutaten ein gemeinsamer Sommermoment entsteht. Ob im eigenen Garten, auf dem Campingplatz, am Seeufer oder bei einem spontanen Abend mit Freunden: Outdoor-Grillen passt überall dorthin, wo Menschen zusammenkommen und unkompliziert genießen möchten.

Dieses Buch richtet sich an alle, die ohne Stress, ohne komplizierte Techniken und ohne lange Zutatenlisten grillen wollen. Die Rezepte sind bewusst klar aufgebaut, leicht verständlich und alltagstauglich. Sie zeigen, wie Fleisch, Geflügel, Fisch, Meeresfrüchte, Gemüse, Käse, Burger, Spieße, Salate, Beilagen und Dips zuverlässig gelingen – auch dann, wenn der Grillplatz klein ist, das Wetter nicht perfekt mitspielt oder nicht jede Profiausrüstung zur Verfügung steht.

Besonders wichtig ist dabei die praktische Umsetzung im Freien. Deshalb findest du zu jedem Rezept Hinweise zur passenden Hitze, zur Grilldauer, zum Wenden, zum Transport und zur Vorbereitung. So weißt du schon vor dem Anzünden des Grills, was du mitnehmen kannst, was besser frisch vorbereitet wird und wie du typische Fehler vermeidest. Denn trockenes Fleisch, zerfallender Fisch, verbranntes Gemüse oder matschige Beilagen müssen nicht sein, wenn ein paar einfache Grundregeln beachtet werden.

Die Rezepte in diesem Buch sind für gemütliche Familienabende ebenso geeignet wie für Campingausflüge, Gartenpartys, Picknicks und entspannte Sommerwochenenden. Viele Gerichte lassen sich vorbereiten, sicher transportieren und direkt vor Ort fertig grillen. Dadurch bleibt mehr Zeit für das, worauf es wirklich ankommt: gemeinsam draußen sitzen, teilen, probieren und genießen.

Dieses Grillbuch möchte kein kompliziertes Lehrbuch sein, sondern ein zuverlässiger Begleiter für echte Outdoor-Momente. Einfach den Grill vorheizen, die Zutaten bereitlegen und loslegen.

Geflügel vom Outdoor-Grill: Einfache Rezepte für Garten, Camping und Sommerabende

Zitronen-Hähnchenschenkel mit Gartenkräutern

Knusprige Hähnchenschenkel für lange Sommerabende, wenn draußen alles entspannt und unkompliziert bleiben soll.

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Marinierzeit: 2 Stunden

Grillzeit: 30–35 Minuten

Portionen: 4

Outdoor-Situation: Gartenabend, Familiengrillen, Campingplatz

Grillmethode: Gasgrill oder Holzkohlegrill mit Deckel

Hitze: mittlere indirekte Hitze, etwa 180–190 °C

Transport-Tipp: Schenkel in einer gut schließenden Box gekühlt mitnehmen.

Outdoor-Tipp: Erst indirekt garen, dann kurz direkt knusprig grillen.

Zutaten:

4 Hähnchenschenkel à 250 g, 3 EL Öl, 1 Bio-Zitrone, 1 TL Thymian, 1 TL Rosmarin, 1 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer

Zubereitung:

Grill 10 Minuten vorheizen und eine indirekte Zone einrichten.

Hähnchenschenkel trocken tupfen.

Öl, Zitronensaft, Zitronenabrieb, Kräuter, Salz und Pfeffer verrühren.

Schenkel rundherum dünn einreiben.

Mit der Hautseite nach oben indirekt auflegen.

25 Minuten bei geschlossenem Deckel grillen.

Einmal wenden und weitere 5 Minuten grillen.

Zum Schluss je Seite 2 Minuten direkt angrillen.

Warum es funktioniert: Indirekte Hitze gart das Fleisch durch, direkte Hitze macht die Haut knusprig.

Nährwerte pro Portion: ca. 430 kcal, 34 g Eiweiß, 31 g Fett, 2 g Kohlenhydrate, 720 mg Natrium

Fehler vermeiden: Nicht über Flammen grillen, sonst wird die Haut schwarz und das Fleisch bleibt innen roh.

Putensteaks mit Paprika-Joghurt-Marinade

Zarte Putensteaks für Picknick und Garten, mild gewürzt und besonders familienfreundlich.

Vorbereitungszeit: 12 Minuten

Marinierzeit: 1 Stunde

Grillzeit: 10–12 Minuten

Portionen: 4

Outdoor-Situation: Picknick, Gartenmittag, leichter Sommergrill

Grillmethode: Elektrogrill, Gasgrill oder Tischgrill

Hitze: mittlere direkte Hitze, etwa 180–200 °C

Transport-Tipp: Putensteaks flach marinieren und in der Kühlbox transportieren.

Outdoor-Tipp: Joghurtmarinade vor dem Grillen leicht abstreifen.

Zutaten:

4 Putensteaks à 160 g, 100 g Naturjoghurt, 1 EL Öl, 1 TL Paprika, 1 TL Senf, 1 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer

Zubereitung:

Grill 10 Minuten vorheizen und Rost dünn einölen.

Putensteaks trocken tupfen.

Joghurt, Öl, Paprika, Senf, Salz und Pfeffer verrühren.

Fleisch dünn damit bestreichen und kalt stellen.

Steaks 20 Minuten vor dem Grillen aus der Kühlung nehmen.

Auf den heißen Rost legen.

5 Minuten auf der ersten Seite grillen.

Einmal wenden und weitere 5–6 Minuten grillen.

Warum es funktioniert: Joghurt macht das Fleisch zarter, mittlere Hitze schützt vor Trockenheit.

Nährwerte pro Portion: ca. 280 kcal, 39 g Eiweiß, 11 g Fett, 3 g Kohlenhydrate, 690 mg Natrium

Fehler vermeiden: Nicht zu heiß grillen, sonst verbrennt die Marinade und das Fleisch wird trocken.

Knusprige Hähnchenflügel mit Rauchpaprika

Diese Flügel passen perfekt zu Freunden am See, kalten Getränken und einer Schale Kartoffelsalat.

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Marinierzeit: 2 Stunden

Grillzeit: 25–30 Minuten

Portionen: 4

Outdoor-Situation: Seeufer, Gartenparty, Wochenendrunde

Grillmethode: Holzkohlegrill oder Gasgrill mit Deckel

Hitze: mittlere indirekte Hitze, etwa 180 °C

Transport-Tipp: Gewürzte Flügel in einer flachen Dose gekühlt mitnehmen.

Outdoor-Tipp: Sauce erst am Ende auftragen, damit nichts verbrennt.

Zutaten:

1 kg Hähnchenflügel, 2 EL Öl, 1 TL Rauchpaprika, 1 TL Knoblauchpulver, 1 TL Salz, 1 EL Honig, 1 EL Apfelessig

Zubereitung:

Grill vorheizen und indirekte Hitze vorbereiten.

Flügel trocken tupfen und mit Öl einreiben.

Rauchpaprika, Knoblauchpulver und Salz mischen.

Flügel gleichmäßig würzen.

Indirekt auf den Rost legen.

20 Minuten bei geschlossenem Deckel grillen.

Einmal wenden und weitere 5 Minuten grillen.

Honig und Essig verrühren, dünn auftragen und je Seite 2 Minuten direkt grillen.

Warum es funktioniert: Erst sanft garen, dann kurz glasieren: So werden die Flügel knusprig und saftig.

Nährwerte pro Portion: ca. 460 kcal, 35 g Eiweiß, 32 g Fett, 7 g Kohlenhydrate, 760 mg Natrium

Fehler vermeiden: Nicht zu früh mit Honig bestreichen, sonst wird die Haut dunkel und bitter.