

Oppskrift

BBQ: Grillede grønnsaker



1

Charred leeks (Små, grillede purreløk)



Kok opp en stor kjele med lettsaltet vann.

Kutt av den groveste delen av purren på toppen og fjern eventuelt første lag med blad, del purren på langs og vask vekk eventuelle jordrester.

Forbered en bolle med isvann. Kok opp vann og ha i purre, blansjer i ca. 3-4 minutter. Ta opp og legg i isvannet. Avkjøl helt og legg på tørkepapir slik at de tørkes godt.

Varm opp grill på middels varme.

Bland olje, revet hvitløk, sitronzest, sitronsaft, salt og pepper. Pensle over purrene og grill 2-3 minutter på hver side.

2

Chili- og honninggrillede søtpoteter med lime



Del hver potet i to og pensle bitene med olje. Krydre med salt og pepper.

Kutt rutemønster halvveis gjennom snittflatene.

Bland chilipulver, paprikapulver og kajennepepper og krydre hver halvdel.

Legg søtpotetene i dobbel folie med snittsiden ned, brett folien løst rundt. Grill søtpotetene i ca. 40 minutter på middels grillvarme. Snu potetene etter 20 minutter. Grill videre til møre og gylne. Drypp over honning og bak videre i 5 minutter.

Press over lime og server.

3

Grillet ananas med ingefærsirup



Lag sirup: Ha sukker og vann i en kjele på middels varme og kok opp. Rør til sukkeret er oppløst.

Skrell og del ingefær i tynne skiver. Ha i sukkerlaken, dekk til, kok opp, sett ned varmen og la så vidt småkoke i ca. 15 minutter.

Ta av platen og la stå 1 time.

Sil av ingefær.

Pensle ananas med ingefærsirup før grilling.

Grill direkte på middels varme, til fine grillstriper.

4

Grillet romanosalat med grillet sitronvinaigrette



Varm opp grillen til middels-høy varme.

Del salat og sitron i to.

Grill salat og sitron med snittsiden ned i ca. 5 minutter, til de får fine grillstriper.

Press sitronen i en liten bolle og tilsett eddik, persille, salt, pepper og honning. Pisk inn olivenolje slik at den emulgerer.

Server salat med vinaigrette.

5

Småpoteter med urte- og hvitløkssmør



Forkok potetene til nesten møre og ha i bolle med litt olje, salt og pepper.

Legg potetene i en bakk.

Press hvitløk og bland med resten av ingrediensene til urte- og hvitløksmøret.

Grill potetene i bakken på direkte varme.

Tilsett smøret de siste minuttene og la det frese. Vend potetene i smøret og dryss over ved servering.

6

Grillede teryaki-blomkålbiffer med asiatisk gremolata



Forvarm grill til middels-høy varme.

Del blomkål slik at du får 4 skiver, ca. 1-1,5 cm tykke, dynk i teryiaki-saus og legg til side.

Rist sesamfrø i en tørr, varm panne.

Bland alle ingrediensene til gremolata og sett til side.

Grill blomkål og pensle underveis med resten av teryiaki-sausen og grill til fine grillstriper og ønsket konsistens.

Server med gremolata og sesamfrø.

Ingredienser

Charred leeks (Små, grillede purreløk)

Purreløk, små	10 stk
Vegetabilsk olje	3 ss
Hvitløksfedd	2 stk
Sitronzest	1 ts
Sitronsaft	1 ss
Salt og pepper	

Chili- og honninggrillede søtpoteter med lime

Søtpoteter	1 kg
Olivenolje	4 ss
Salt og pepper	
Chilipulver	1 ts
Røkt paprikapulver	1 ts
Kajennepepper (om ønskelig)	1 ts
Honning	4 ss
Lime (til servering)	1 stk

Grillet ananas med ingefærsirup

Ananas, stor	1 stk
Sukker	2 dl
Vann	1,5 dl
Ingefær	200 g

Grillet romanosalat med grillet sitronvinaigrette

Romanosalat	4 stk
Sitron	1 stk
Rødvinseddik	1 ts
Persille, finhakket	2 ss
Salt	0,25 ts
Nykvernet pepper	1 klype
Honning	2 ts
Olivenolje	0,6 dl

Småpoteter med urte- og hvitløkssmør

Småpoteter	650 g
Olivenolje	1 ss
Hvitløksfedd	7 stk
Rosmarin, finhakket	1 ss
Timianstilker	3 stk

Grillet ananas med ingefærsirup

Grillet romanosalat med grillet citronvinaigrette

Småpoteter med urte- og hvitløkssmør

Grillede teryaki-blomkålbiffer med asiatisk gremolata

Persille	4 ts
----------	------

Meierismør, romtemperert 30 g

Grillede teryaki-blomkålbiffer med asiatisk gremolata

Blomkål 500 g

Teriyakisaus	1 dl
--------------	------

Sesamfrø 4 ss

Olivenolje	3 ss
------------	------

Brunt sukker 2 ss

Flaksalt	1 ts
----------	------

Sitronzest 2 ss

Sitronsaft	1 ts
------------	------

Koriander, finhakket 1 dl