

...Po radę do książki



## IDŹ DO:

- Spis treści
- Przykładowy rozdział

## KATALOG KSIĄŻEK:

- Katalog online
- Zamów drukowany katalog

## CENNIK I INFORMACJE:

- Zamów informacje o nowościach
- Zamów cennik

## CZYTELNIA:

- Fragmenty książek online

do przechowania

do koszyka



Wydawnictwo Helion  
ul. Kościuszki 1c  
44-100 Gliwice  
tel. 032 230 98 63  
e-mail: [helion@helion.pl](mailto:helion@helion.pl)

e-mail: [septem@septem.pl](mailto:septem@septem.pl)  
redakcja: [redakcjawww@septem.pl](mailto:redakcjawww@septem.pl)  
informacje: [o.ksiegarni.septem.pl](http://o.ksiegarni.septem.pl)

## Grillowanie dla bystrzaków. Wydanie II

Autor: John Mariani, Marie Rama  
ISBN: 978-83-246-2506-2  
Tytuł oryginału: [Grilling for Dummies 2/e](#)  
Format: 180 × 235, stron: 328



Dowiedz się, jak:

- zainstalować i konserwować grill
- rozpalić i podtrzymać odpowiedni ogień
- grillować różne rodzaje potraw – od mięsa i drobiu, przez owoce morza i warzywa, aż po owoce i desery
- przyrządzać na ruszcie egzotyczne dania

Z tą książką upieczesz kilka pieczeni przy jednym ogniu – wzniesiesz się na wyżyny kulinarnego kunsztu, będziesz się świetnie bawił i wreszcie dobrze sobie podjesz! Coraz cieplejsze dni i noce sprzyjają biesiadowaniu pod chmurką i to właśnie grill coraz częściej jest gwiazdą ogrodowych imprez. Potrawy pieczone na ruszcie świetnie smakują, są proste do przyrządzenia i – jak twierdzą dietetycy – zdrowsze, bo zawierają mniej tłuszczu. A grillować można prawie wszystko: rozmaite mięsa i ryby, warzywa, a nawet owoce.

Zapewne niejedną raz wrzucałeś kielbasę na grilla lub opiekasz ją nad ogniskiem. Jeśli jednak naprawdę gotujesz się do grillowania przez duże „G”, ta książka uczyni z Ciebie mistrza ruszta. Cokolwiek postanowisz przyrządzić, z Grillowanie dla bystrzaków. Wydanie II w Ci się upiecze.

- Przygotuj się do grillowania – poznaj grillowy żargon, wybierz odpowiedni grill i naucz się rozpałać oraz podtrzymywać ogień.
- Żyż ze smakiem – zaopatr swoją spiżarnię w potrzebne zioła, przyprawy, nacierki, oleje aromatyzowane i marynaty.
- Stare, ale jare, czyli klasyka grilla – zacznij od kielbasek, hamburgerów, szaszłyków oraz żeberek i zachwyć gości ich wspaniałym, oryginalnym smakiem.
- Rozwiń swoje umiejętności – osiągnij mistrzostwo, korzystając z naszych wskazówek dotyczących grillowania wieprzowiny, wołowiny, drobiu, jagnięciny, ryb, warzyw i... owoców.

**Świetna lektura przy śniadaniu, w łóżku, podróży i na bezludnej wyspie**

# Spis treści

<b>O autorach .....</b>	<b>15</b>
<b>Podziękowania od autorów .....</b>	<b>17</b>
<b>Wstęp .....</b>	<b>19</b>
O książce .....	20
Konwencje zastosowane w książce .....	20
Czego nie czytać .....	21
Naiwne założenia .....	21
Jak podzielona jest książka .....	21
Część I: Zapanuj nad grillem .....	22
Część II: Życie ze smakiem .....	22
Część III: Coś dla miłośników klasyki .....	22
Część IV: Upiec można wszystko .....	22
Część V: Dekalog .....	22
Ikony użyte w książce .....	23
Co dalej .....	23
<b><i>Część I: Zapanuj nad grillem .....</i></b>	<b>25</b>
<b>Rozdział 1: Opanuj grillowy żargon .....</b>	<b>27</b>
Podstawowe pojęcia: grillowanie bezpośrednie i pośrednie .....	27
Opiekanie jedzenia na otwartym ogniu .....	28
Z dala od ognia: grillowanie pośrednie .....	29
Powolne pieczenie w dużej ilości dymu: udane barbecue .....	30
Jeszcze wolniejszy proces: wędzenie .....	31
Wędzenie na sucho .....	32
Wędzenie na mokro .....	32
Z grillowego na nasze: minisłowniczek mistrza rusztu .....	33
Kilka wskazówek na początek .....	35
<b>Rozdział 2: Kup wymarzonego grilla i podstawowe akcesoria .....</b>	<b>37</b>
Wybierz odpowiedni typ grilla .....	37
Poznaj wszystkie opcje .....	38
Węglowy czy gazowy? Porównanie podstawowych typów .....	40
Co masz do wyboru? Przegląd cech grillów .....	42

## 10 Grillowanie dla bystrzaków

---

Narzędzia i zabawki .....	43
Dziecko w sklepie z zabawkami — podstawowe akcesoria .....	43
Przegląd narzędzi i zabawek dla mistrza grilla .....	47
Jak dbać o grilla? .....	52
Smarowanie rusztu .....	52
Czyszczenie grilla w środku i na zewnątrz .....	52
Przechowywanie grilla .....	53
<b>Rozdział 3: Rozpalanie ognia .....</b>	<b>55</b>
Przygotowywanie grilla do użytku .....	55
Czym karmić ogień? .....	56
Propan-butan z butli .....	56
Po staremu, czyli brykiety węglowe .....	56
Grilluj jak profesjonalista na naturalnym węglu drzewnym .....	57
Dodawanie wiórów lub kawałków drewna .....	58
Rozkładanie węgla na palenisku .....	59
Niech stanie się ogień: rozpalanie grilla .....	60
Najlepszy wybór: rozpalarka elektryczna .....	61
Drugie miejsce: rozpalarka kominowa .....	62
Stara szkoła: zapalniczka gazowa .....	63
Kontrolowanie i podtrzymywanie ognia .....	64
<b>Część II: Życie ze smakiem .....</b>	<b>67</b>
<b>Rozdział 4: Co się kryje w szpitalu mistrza grilla? .....</b>	<b>69</b>
Mali pomocnicy w puszkach i butelkach .....	69
Przyprawy stołowe .....	71
Olej jako przyprawa .....	72
Odrobina octu do smaku .....	73
Słodkie dodatki do sosów i marynat .....	74
Alkohol jako składnik marynat i sosów .....	75
Grillowy zielnik .....	75
Wzbogacanie smaku za pomocą owoców i warzyw .....	79
<b>Rozdział 5: Nasywanie smakiem: marynaty, oleje, nacierki .....</b>	<b>81</b>
Parada marynat .....	82
Wybór składników .....	82
Przygotowania do marynowania .....	83
Czas marynowania .....	84
Używanie marynat do pędzlowania i wykańczania .....	84
Aromatyzowane oleje .....	90
Suche nacierki .....	91

<b>Rozdział 6: W świecie sosów .....</b>	<b>97</b>
Ciepłe sosy .....	97
Zimne sosy .....	102
Przyprawy stołowe .....	104
Salsy .....	104
Majonez .....	107
Chutneye .....	107
Inne dodatki .....	110
Wspaniały dodatek do potraw: masło ziołowe .....	112
<b><i>Część III: Coś dla miłośników klasyki .....</i></b>	<b>115</b>
<b>Rozdział 7: Hamburgery, kielbaski, hot dogi .....</b>	<b>117</b>
Wszyscy lubimy hamburgery .....	117
Wybór mięsa na hamburgery .....	118
Odpowiedni dobór składników .....	118
Przygotowywanie kotlecików .....	119
Co jeszcze włożyć do bułki? .....	122
Kielbasy i kielbaski .....	123
Czas grillowania .....	124
Dodatki do hot dogów .....	125
<b>Rozdział 8: Kulinarna szermierka, czyli szaszłyki i sataje .....</b>	<b>129</b>
Wybór odpowiedniej „broni” .....	130
Zostań mistrzem szaszłyków .....	130
Warzywa na patyku — świetna zabawa .....	131
Szaszłyki z wołowiny .....	133
Szaszłyki wieprzowe .....	136
Szaszłyki z jagnięciny — coś dla koneserów .....	138
Szaszłyki z kurczaka .....	140
Szaszłyki z owoców morza .....	141
Sataje .....	144
<b>Rozdział 9: Może i brudzą, ale są pyszne — żeberka na wiele sposobów .....</b>	<b>147</b>
Różne sposoby grillowania żeberek wieprzowych .....	147
Spróbuj żeberek wołowych .....	155
<b>Rozdział 10: Rożen na grillu? Tak, to możliwe! .....</b>	<b>157</b>
Grillowanie bez rusztu, czyli pieczenie na rożnie .....	157
Wybór najlepszego mięsa na rożen .....	158
Wskazówki ogólne .....	158
Wskazówki dotyczące konkretnych rodzajów mięsa .....	159
Zaczynamy zabawę z rożnem! .....	161

### **Część IV: Upiec można wszystko ..... 169**

#### **Rozdział 11: Wołowina — stworzona do pieczenia na ruszcie ..... 171**

Wszystko, co musisz wiedzieć, żeby upiec wołowinę na ruszcie .....	171
Różne rodzaje mięsa wołowego .....	172
Grillowanie steków .....	173
Delikatność nade wszystko: marynowanie mięsa .....	173
Na ruszt z nimi! .....	174
Czas na pieczeń wołową .....	179

#### **Rozdział 12: Wieprzowina — królowa grilla ..... 183**

To, co najlepsze w wieprzowinie .....	183
Nacierki do wieprzowiny .....	185
Czas pieczenia wieprzowiny .....	185
Kotlety .....	187
Marynowanie w solance .....	191
Najdelikatniejsza z delikatnych — polędwica wieprzowa .....	192

#### **Rozdział 13: Jagnięcina — bliskowschodni rarytas ..... 197**

Podstawowe informacje o jagnięcinie .....	197
Elementy tuszy jagnięcej .....	198
Przyprawy do jagnięciny .....	198
Jagnięcina wymaga czułości .....	199
Kotlety jagnięce .....	199
Kilka słów o łopatce jagnięcej .....	201
Udziec jagnięcy .....	202
Pieczenie udźca jagnięcego na ruszcie .....	202
Grillowanie steków z udźca .....	203
Najlepszy sposób na udziec: rozciąć, zamarynować, upiec .....	204
Żeberka jagnięce .....	206

#### **Rozdział 14: Dania z drobiu — grilluj z polotem ..... 209**

Kurczak palce lizać .....	209
Postępowanie z mięsem drobiowym .....	210
Grillowanie piersi kurczaka .....	211
Skrzydółka .....	213
Smakowite ćwiartki kurczaka .....	216
Czas na udka i podudzia .....	220
Grillowanie kurczaka w całości .....	221
Indyk na różne sposoby .....	224
Dziki ptactwo — smaczne i zdrowe .....	227
Ptaki łowne a hodowlane .....	227
Gatunki ptaków .....	228

<b>Rozdział 15: Owoce morza — smakują nie tylko na wybrzeżu .....</b>	<b>233</b>
Czy ryb ubywa, czy przybywa? .....	234
Grillowanie świeżych ryb .....	234
Steki rybne — grube i łatwe w obróbce .....	235
Grillowanie całych ryb .....	238
Z filetami trzeba ostrożnie .....	240
Wędzenie ryb .....	246
Pyszne mięczaki — małże, omułki i przegrzebki .....	248
Krabby .....	251
Krewetki .....	252
<b>Rozdział 16: Warzywa i dodatki — nie tylko dla wegetarian .....</b>	<b>257</b>
Twoja mama robiła to inaczej .....	258
Postaw na proste przyprawy i krótkie marynowanie .....	258
Okaż troskę .....	259
Po prostu warzywa .....	260
Bakłażan .....	260
Brokuł .....	260
Brukselka .....	260
Cebula .....	261
Cykoria .....	261
Czosnek .....	262
Dynie .....	262
Grzyby .....	264
Karczochy .....	265
Kukurydza .....	265
Marchewka .....	266
Papryka .....	266
Pasternak .....	266
Pomidory .....	267
Pory .....	268
Słodkie ziemniaki .....	268
Szparagi .....	269
Ziemniaki .....	271
Nie z rusztu, ale i tak dobre: ciepłe i zimne dodatki .....	272
Orzeźwiająca sałatki .....	274
<b>Rozdział 17: Coś na wynos — kanapki, pizze i inne przekąski .....</b>	<b>279</b>
Trzeci wymiar pizzy .....	279
Wąłkowanie i formowanie ciasta .....	279
Co na górę? .....	280
Podwędź pizzę .....	282
Pyszne bruschetty .....	282
Fajity .....	283
Quesadille .....	285
Kanapki .....	287

## **14 Grillowanie dla bystrzaków** \_\_\_\_\_

### **Rozdział 18: Słodczyce z rusztu i egzotyczne koktajle ..... 291**

Owoce z rusztu?! Jak najbardziej! .....	291
Masz ochotę na koktajl? .....	296

### **Część V: Dekalog ..... 301**

#### **Rozdział 19: Dziesięć przykazań grillowania ..... 303**

Ćwicz cierpliwość .....	303
Bądź zorganizowany .....	303
Przyprawiaj jedzenie .....	303
Nie oszczędzaj na paliwie .....	304
Pilnuj ognia .....	304
Twórz różne strefy ciepła .....	304
Pamiętaj o czynnikach zewnętrznych .....	304
Sprawdzaj stan jedzenia .....	305
Nie ociągaj się z podawaniem .....	305
Odpřej się! .....	305

#### **Skorowidz ..... 307**

## Rozdział 1

# Opanuj grillowy żargon

### *W tym rozdziale:*

- ▶ grillowanie bezpośrednie i pośrednie,
- ▶ długotrwałe pieczenie w dymie,
- ▶ kilka słów na temat wędzenia,
- ▶ słowniczek terminów grillowych i podstawowe wskazówki.

**Ż**adna technika przyrządzania żywności oprócz grillowania nie pozwala nasycić potraw wspaniałym, bogatym aromatem dymu. Takiej możliwości nie daje ani pieczenie w piekarniku, ani smażenie, ani — tym bardziej — gotowanie w wodzie. Ze względu na to, że odbywa się na wolnym powietrzu, grillowanie jest też świetną okazją do spotkań towarzyskich. Odkąd człowiek poznał wspaniały smak potraw przyrządzanych nad otwartym ogniem, pieczenie ich w ten sposób jest znakomitym pretekstem do zapraszania znajomych i wspólnego biesiadowania.

Dziwnym trafem grillowanie jest domeną mężczyzn. (Być może kobiety po prostu pozwalają im myśleć, że są w tym lepsi!) Odkryliśmy jednak, że bez względu na to, kto stoi przy grillu, wszyscy świetnie się bawią. Kiedy gotujemy w ogrodzie, gromadzimy wokół siebie znajomych, sąsiadów i krewnych, którzy siedząc wokół ognia, mają okazję podzielić się ze sobą ciekawymi opowieściami i wymienić przepisami na smakowite potrawy.

Przyrządzanie potraw na grillu węglowym jest bodajże najbardziej interaktywną spośród wszystkich technik obróbki cieplnej żywności. Wymaga błyskawicznego reagowania na nieprzewidywalne zmiany intensywności ognia i rozkładu płomieni. Ta intensywna interakcja jest jednym z czynników, które sprawiają, że grillowanie jest tak emocjonujące i wciągające. Trzeba bowiem nauczyć się postępować z ogniem, dymem i temperaturą oraz panować nad nimi. Z tej książki dowiesz się, jak tego dokonać (ale nauczysz się także używać grilla gazowego).

Na początek jednak wcielimy się w role tłumaczy i przełożymy kilka podstawowych terminów z „grillowego” na „nasze”.

## *Podstawowe pojęcia: grillowanie bezpośrednie i pośrednie*

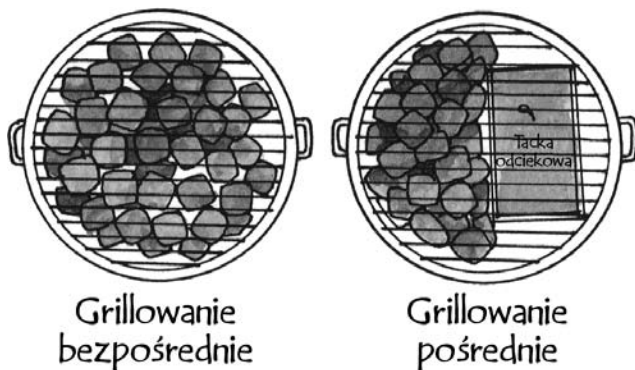
Wprowadzenie do żargonu mistrzów grilla zaczniemy od omówienia dwóch podstawowych metod grillowania — bezpośredniej i pośredniej.



## Opiekanie jedzenia na otwartym ogniu

*Grillowanie bezpośrednie* polega na umieszczeniu jedzenia na ruszcie bezpośrednio nad płomieniem, niezależnie od tego, czy źródłem ognia jest węgiel drzewny, drewno, czy palnik gazowy (zob. rysunek 1.1). W zasadzie każdy produkt spożywczy — zaczynając od mięsa, na warzywach kończąc — może być grillowany w ten sposób. Mimo to niektóre rzeczy lepiej grillować pośrednio, czyli z wykorzystaniem techniki, która zostanie omówiona w następnym podrozdziale. Techniką bezpośrednią grillujemy najczęściej hamburgery, hot dogi, kotlety wieprzowe i jagnięce, filety z kurczaka, połówki wołowe oraz ryby i owoce morza.

**Rysunek 1.1.**  
Rozmieszczenie  
węgli jest uzależnione od  
techniki grillowania



Grillowanie bezpośrednie nad otwartym ogniem skutkuje utworzeniem na powierzchni przyrządzonej potrawy smakowitej, chrupiącej skórki. Jedzenie ugotowane na parze lub w wodzie nie ma tak wspaniałego smaku, podobnie jak potrawy podsmażane lub podgrzewane w kuchence mikrofalowej. Smażenie bez tłuszczu, smażenie w głębokim tłuszczu i pieczenie w piekarniku również pozwala uzyskać chrupiącą skórkę, ale tylko grillowanie umożliwia nasycenie jej aromatem dymu z węgla drzewnego lub kawałków drewna. Poza tym w przeciwieństwie do smażenia grillowanie nie wymaga stosowania tłuszczu, dzięki czemu możesz się cieszyć apetyczną, brązową skórką i nie przejmować się liczbą kalorii.

Grillowanie bezpośrednie, na którym przede wszystkim skupiamy się w tej książce, jest techniką szybkiego przygotowywania żywności, niewymagającą stosowania wymyślnych sosów i glazur. Wszystko, czego potrzebujesz, aby przyrządzić doskonale mięso metodą bezpośrednią, to proste marynaty (zob. rozdział 5.), salsy (zob. rozdział 6.) i przyprawy (zob. rozdział 6.).

Największym utrudnieniem podczas grillowania bezpośredniego jest konieczność nieustannego obserwowania przyrządzonej potrawy w celu uchronienia jej przed przypaleniem.

W przypadku grilla węglowego węgiel powinien być rozłożony równomierną, płaską warstwą o powierzchni wykraczającej kilka centymetrów poza powierzchnię zajmowaną przez jedzenie. We wszystkich naszych przepisach *ruszt* — czyli metalowa kratka, na której kładzie się jedzenie — powinien się znajdować na wysokości 10 – 15 cm powyżej źródła ciepła.

Zauważyliśmy, że większość potraw lepiej piec nad średnim ogniem, ponieważ łatwiej wtedy kontrolować proces obróbki cieplnej, a w efekcie uzyskuje się apetyczną, brązową skórkę bez przypalania jedzenia. Mimo to temperatura ognia może się różnić, w zależności od potrawy. Na przykład:



- ✓ Przyrządzanie steków o grubości 3,5 – 5 cm możesz zacząć od opieczenia ich nad średnim (a nawet intensywnym) ogniem, a następnie dopiec je nad mniejszym płomieniem, żeby uzyskać chrupiącą skórkę i krwisty albo średnio wypieczony środek.
- ✓ Wieprzowinę i mięso drobiowe należy przyrządzać w umiarkowanej temperaturze, żeby środek mógł się dobrze upiec. Przyrządzanie tych rodzajów mięsa można jednak zacząć od opieczenia ich w wysokiej temperaturze w celu uzyskania — a jakże — brązowej skórki. Następnie należy je dopiec techniką pośrednią.

W technice bezpośredniej można, ale nie trzeba używać pokrywy grilla. Przepisy zawarte w tej książce zawierają odpowiednie wskazówki dotyczące jej stosowania. Przykrycie grilla zapobiega utracie ciepła i zwiększa temperaturę pieczenia oraz pozwala uzyskać bogatszy aromat dymu, szczególnie gdy dodajesz do ognia kawałki drewna. Z drugiej strony przykrycie jedzenia zwiększa ryzyko jego przypalenia, ponieważ nie widzisz potrawy. Czasem jednak warto opuścić pokrywę nawet przy grillowaniu bezpośrednim. Zauważyliśmy, że niektóre dania — na przykład kotlety wieprzowe z kością — pod przykryciem pieką się bardziej równomiernie i lepiej zachowują soczystość.



Podczas grillowania bezpośredniego pod przykryciem otwory wentylacyjne — o ile grill jest w nie wyposażony — zwykle są otwarte. Ich otwarcie zapewnia dopływ tlenu i zwiększa temperaturę węgla. Ich całkowite lub częściowe zamknięcie odnosi przeciwny skutek. Jeżeli zatem ogień jest zbyt intensywny, a jedzenie rumieni się zbyt szybko, otwórz pokrywę albo zamknij górne otwory wentylacyjne.

## Z dala od ognia: grillowanie pośrednie

*Grillowanie pośrednie* to technika powolnego pieczenia żywności obok źródła ciepła. Jedzenie jest z reguły ułożone nad pojemnikiem na ściekający tłuszcz (zob. rysunek 1.1), a pokrywa grilla opuszczona. Oto, co powinieneś zrobić, żeby wykorzystać tę technikę:

- ✓ W grillu węglowym połóż jedzenie na ruszcie w takim miejscu, żeby nie leżało bezpośrednio nad źródłem ognia. Umieść rozżarzone węgle dookoła albo obok tacki odciekowej.
- ✓ W grillu gazowym z dwoma palnikami zapal tylko jeden z nich i połóż jedzenie nad niezapalonym palnikiem. Jeżeli Twój grill jest wyposażony tylko w jeden palnik, umieść jedzenie w aluminiowej foremce albo na kilku warstwach folii aluminiowej i piecz nad bardzo małym ogniem. Zawsze najpierw nagrzej pusty grill, zapalając wszystkie palniki i opuszczając pokrywę na około 15 minut. Następnie zgaś jeden palnik, aby zacząć grillowanie pośrednie.
- ✓ Niezależnie od tego, czy używasz grilla gazowego, czy węglowego, umieść pod jedzeniem pojemnik na kapiący tłuszcz. Warto nalać do niego trochę wody lub innego płynu (na przykład bulionu albo soku jabłkowego), żeby jedzenie piekło się w wilgotniejszym powietrzu i nie wyschło podczas długiego procesu obróbki cieplnej.
- ✓ Zamknij pokrywę grilla, aby zapobiec utracie ciepła i dymu oraz uzyskać efekt zbliżony do powolnego pieczenia żywności w piekarniku.
- ✓ Aby uzyskać sos z mięsa (szczególnie w przypadku dużych kawałków pieczeni), włóż je do brytfanny i umieść naczynie na ruszcie.



Podczas grillowania pośredniego na grillu węglowym zwykle można częściowo przymknąć dolne i górne otwory wentylacyjne, żeby zmniejszyć intensywność ognia. Nie zapomnij zatem wyczyścić popielnika przed rozpaleniem ognia. Dzięki temu do paleniska będzie docierała odpowiednia ilość powietrza z dolnych otworów wentylacyjnych. Pamiętaj także o pozbyciu

się popiołu w prawidłowy sposób, czyli w zamkniętej torbie papierowej. Popiół może być również wykorzystany jako wspornik dla niektórych roślin ozdobnych i drzew. (Pomyśl, jak bujnie odrasta las po pożarze).

Grillowanie pośrednie ma wiele zalet:

- ✓ **Spowalnia proces obróbki cieplnej żywności.** Ile razy próbowałeś upiec kurczaka na grillu z wykorzystaniem techniki bezpośredniej, uzyskując nierozpoznawalną bryłę węgla z surowym środkiem? Grillowanie pośrednie rozwiązuje ten problem. Jedzenie piecze się na przykrytym grillu i nie ma kontaktu z płomieniami. Tę technikę można porównać do pieczenia w piekarniku.
- ✓ **Umożliwia uzyskanie dwóch rodzajów ognia (a co za tym idzie dwóch stref ciepła) na jednym grillu.** Najpierw można wstępnie opiec potrawy bezpośrednio nad ogniem, a następnie dopiekać je powoli i starannie obok ognia (w strefie chłodniejszej). W ten sposób można przyrządzić na przykład kurczaka — zarówno w całości, jak i w kawałkach. Wstępnie opieczono mięso należy umieścić nad naczyniem na kapiący tłuszcz z dala od bezpośredniego działania płomieni i piec pod przykryciem przez dłuższy czas, żeby doszedł.
- ✓ **Eliminuje problem niebezpiecznych języków ognia.** Wytopiony z mięsa tłuszcz skapuje do naczynia, zamiast na rozżarzone węgle, brykiety ceramiczne czy kawałki lawy.

Dla uzyskania najlepszych efektów grillować pośrednio należy duże kawałki mięsa lub całe ptaki, kawałki mięsa drobiowego, polędwicę wieprzową, żeberka oraz duże pieczenie. Zalecamy stosowanie tej techniki podczas przygotowywania następujących potraw z naszego zbioru przepisów: żeberek wieprzowych w sam raz (zob. rozdział 9.), całych kuropatw z azjatycką nutą (zob. rozdział 14.), schabu marynowanego w solance oraz polędwiczek wieprzowych z curry (obydwa przepisy w rozdziale 12.).

## Powolne pieczenie w dużej ilości dymu: udane barbecue

Technika powolnego pieczenia pośredniego dużych kawałków mięsa w niskiej temperaturze i w ogromnej ilości gorącego dymu nosi angielską nazwę *barbecue*. Różni się ona zdecydowanie od grillowania bezpośredniego, w przypadku którego małe, miękkie kawałki jedzenia są pieczone szybko w wysokiej temperaturze. Można powiedzieć, że barbecue jest niemal przeciwieństwem grillowania bezpośredniego.

Proces pieczenia w dymie zamienia duże, twarde kawały mięsa w kruche, miękkie, rozpadające się na cząstki smakołyki. Technikę tę poleca się do przyrządzania mostka wołowego, całych prosiąt, żeberek wieprzowych i łopatki wieprzowej. Wymienione rodzaje doskonale się nadają do pieczenia w dymie, ponieważ *wymagają* długotrwałej obróbki cieplnej w celu zmiękczenia tkanki i wydobycia smaku. Ryby i warzywa także można piec w dymie, ale nie po to, by zmiękczyć ich wystarczająco delikatną tkankę, lecz by nasycić je aromatem dymu.

W zależności od osobistych upodobań można mocno przyprawić jedzenie przeznaczone do pieczenia w dymie lub całkowicie zrezygnować z przypraw. Wielu mistrzów grilla komponuje skomplikowane nacierki, sosy i glazury, żeby wzbogacić smak potraw. Poszukaj w sklepach gotowych nacierek, mieszanek przypraw i marynat przeznaczonych do grillowania i pieczenia w dymie. Możesz również poszukać odpowiednich przypraw podczas zagranicznych podróży. Smak doprawionego nimi jedzenia przywoła miłe wspomnienia z wakacji.



Piec do *barbecue* to nieprzenośne, pionowe urządzenie z głębokim paleniskiem. Określenie to może również oznaczać dół wypełniony gorącymi kamieniami, na których gotuje się jedzenie. Większość aromatu dymu, uzyskanego podczas pieczenia żywności w takim piecu lub dole nie pochodzi z tłuszczu kapiącego na rozżarzone węgle lub kamienie, lecz z tłącego się drewna (więcej informacji na temat wiórów i kawałków drewna znajdziesz w rozdziale 3.).

Zwykły kotłowy grill węglowy może z powodzeniem odgrywać rolę pieca do *barbecue*. Wystarczy rozpalic niewielki ogień, rozmieścić węgiel jak w technice grillowania pośredniego i dodać do ognia brykietów węglowych dobrej jakości oraz wiórów lub kawałków drewna.



Aby jedzenie mogło przesiąknąć dymem, musi upłynąć trochę czasu. Jeżeli dorzucisz do ognia garść wiórów podczas grillowania ryby w wysokiej temperaturze (które trwa na ogół zaledwie kilka minut), nie uzyskasz pożądanego efektu. Jeśli jednak będziesz piec tę samą rybę przez dłuższy czas techniką pośrednią, regularnie dorzucając do ognia namoczonych wiórów lub kawałków drewna, potrawa nabierze wspaniałego dymnego aromatu.

Poniższe wskazówki umożliwią Ci przekształcenie zwykłego grilla węglowego z pokrywą w miniaturowy piec do *barbecue*:

- ✓ **Ponieważ jedzenie jest pieczone pośrednio, musisz umieścić pod nim tackę odciekową** (więcej informacji na temat takich naczyń znajdziesz w rozdziale 2.). Jeżeli czas pieczenia jest długi (przekracza 30 – 40 minut), napełnij naczynie wodą, sokiem jabłkowym, piwem lub innym płynem o interesującym smaku i aromacie, żeby zwiększyć wilgotność powietrza w piecu i zapobiec wysuszeniu jedzenia.
- ✓ **Pokrywa grilla musi być wyposażona w otwory wentylacyjne.** Górne otwory wentylacyjne powinny być częściowo przymknięte, aby dym nie uchodził zbyt szybko. Ponadto przymknięcie otworów ogranicza dopływ tlenu, dzięki czemu ogień jest mniej intensywny. Pokrywa powinna się znajdować w takiej pozycji, żeby jedzenie leżało między ogniem a otworem wentylacyjnym. Dzięki temu dym będzie owiewał potrawę, nadając jej właściwy aromat. Nie zaglądać zbyt często pod pokrywę — za każdym razem, kiedy ją podnosisz, wypuszczasz cenny dym i przerywasz proces pieczenia.
- ✓ **Miej w pobliżu zapas rozżarzonych węgli w metalowym wiadrze.** Co 40 minut dokładaj do pieca kilka z nich za pomocą długich szczypiec (zob. rozdział 2.) aby utrzymać temperaturę na odpowiednim poziomie. Unieś lekko ruszt i włóż pod spód węgle lub wrzuć je przez otwory obok uchwyty. Możesz też co pół godziny kłaść na krawędzi żaru kilka świeżych brykietów. Kiedy pokryją się popiołem, przesuwaj je bliżej środka.

## Jeszcze wolniejszy proces: wędzenie

Technika *wędzenia* żywności różni się od powolnego pieczenia w dymie tym, że temperatura procesu jest jeszcze niższa, przez co przyrządzanie jedzenia przebiega w dużo wolniejszym tempie. Wędzenie trwa całymi godzinami, podczas których żywność dokładnie przesiąka gorącym, aromatycznym dymem. Temperatura procesu waha się w zakresie 80 – 120°C. Istnieją dwie metody wędzenia — sucha i mokra. Obydwie można zastosować w zwykłym kotłowym grillu węglowym. Jeżeli jednak zdecydujesz się na wykorzystanie grilla, musisz umieścić w nim czujnik temperatury, za pomocą którego będziesz obserwować temperaturę wewnątrz zaimprovizowanej komory wędzarniczej i regulować ją w razie potrzeby.

Trzykilogramowy indyk albo sześciokilogramowa szynka powinny się wędzić przez co najmniej 9 godzin. Rostbef o wadze 2,5 – 3,5 kilograma potrzebuje 5 – 6 godzin, aby osiągnąć temperaturę wewnętrzną rzędu 60°C. W wielu profesjonalnych restauracjach grillowych wołowina i wieprzowina są wędzone przez co najmniej 12 godzin w bardzo niskiej temperaturze.

### Wędzenie na sucho

Wędzenie na sucho może się odbywać w zamkniętym grillu węglowym z zastosowaniem techniki pośredniej. Ułóż jedzenie na ruszcie i zamknij pokrywę grilla. Następnie przymknij otwory wentylacyjne w taki sposób, żeby zmniejszyć intensywność ognia, a jednocześnie zapewnić dopływ tlenu w ilości wystarczającej do jego podtrzymania i wytworzenia właściwej ilości dymu. Dym nadaje żywności odpowiedni aromat, a tłący się ogień ogrzewa ją. Stopień uwędzenia powinien być dostosowany do osobistych upodobań oraz do rodzaju wędzonej żywności. Zamiast używać grilla węglowego, możesz kupić wędzarnię beczkową, czyli urządzenie przypominające poziomo położoną beczkę, w którym — w zależności od rozmiarów — można uwędzić nawet 25 kilogramów jedzenia za jednym zamachem. Wędzarnia beczkowa składa się z dwóch komór: jedna jest przeznaczona na jedzenie, a w drugiej płonie ogień, wytwarzając dym, który przez otwory wentylacyjne przedostaje się do komory wędzarniczej.

Jeżeli próbowałeś wędzić żywność, ale doszedłeś do wniosku, że aromat dymu jest zbyt intensywny, spróbuj owinać jedzenie folią aluminiową po upływie połowy czasu wędzenia.

### Wędzenie na mokro

Wędzenie na mokro jest alternatywą wobec wędzenia na sucho i polega na umieszczeniu w komorze wędzarniczej naczynia z wodą, która paruje i zapobiega wysychaniu żywności. Jedzenie uwędzone w ten sposób jest bardziej soczyste niż uwędzone na sucho. Do wędzenia na mokro najlepiej się nadają delikatne produkty spożywcze, takie jak ryby, krewetki i homary. Technika ta sprawdza się również w odniesieniu do warzyw, które bez wody szybko by wyschły.

Jeżeli nie chcesz używać swojego grilla węglowego, możesz kupić wędzarnię wodną. W Polsce dostępne są urządzenia takich firm jak Weber, Barbecue i Bradley. Można je podzielić na trzy rodzaje:

- ✓ **Wędzarnie węglowe:** To najpopularniejszy i najtańszy typ wędzarni, jednak węgiel musi być uzupełniany co godzinę, co może być kłopotliwe w przypadku długotrwałego wędzenia. Temperatura w węglowej wędzarni wodnej może się wahać w efekcie wypalania się i dokładania węgla.
- ✓ **Wędzarnie elektryczne:** Tego typu urządzenia są zasilane prądem elektrycznym ze zwykłego gniazdka. W komorze wędzarniczej utrzymuje się stała temperatura.
- ✓ **Wędzarnie gazowe:** To najdroższy, ale jednocześnie najłatwiejszy w obsłudze typ wędzarni wodnej. Nie wymaga bliskości gniazdka elektrycznego i tak samo jak wędzarnia elektryczna zapewnia stałą temperaturę w komorze wędzarniczej.

Wędzenie na mokro to bardzo powolna i łatwa metoda przetwarzania żywności, ale nie oczekuj, że przygotowane w ten sposób dania będą miały chrupiącą skórkę, która dla wielu osób — nie wyłączając nas — jest podstawowym wyznacznikiem atrakcyjności grillowanych potraw.



## Z grillowego na nasze: minisłowniczek mistrza rusztu

Aby ułatwić Ci zrozumienie grillowych terminów, z którymi możesz się zetknąć podczas zakupów lub w czasie pogawędki z sąsiadem, przygotowaliśmy mały słowniczek podstawowych pojęć. Zapamiętaj je i używaj ich swobodnie, a w krótkim czasie zaczniesz uchodzić za mistrza rusztu!

- ✓ **Brykiety ceramiczne.** Brykiety wykonane z materiału magazynującego ciepło, używane w grillach gazowych do absorbowania ciepła z palników i równomiernego rozprowadzania go pod rusztem. Brykiety ceramiczne nie wypalają się tak jak brykiety węglowe. Można je zastąpić kawałkami lawy wulkanicznej albo metalowymi płytkami. Brykiety ceramiczne nie dają jednak dymnego aromatu, za którym przepada wiele osób.
- ✓ **Brykiety węglowe.** Najpopularniejsze paliwo do grillów węglowych, produkowane z mielonego węgla drzewnego, pyłu węglowego i skrobi. Składniki te po wymieszaniu są prasowane w owalne bryłki i pakowane do worków.
- ✓ **Dymnica.** Mały pojemnik z perforowanej blachy lub żeliwa, umieszczany bezpośrednio na kawałkach lawy lub brykietach ceramicznych w grillu gazowym. Do dymnicy wkłada się aromatyzowane wióry lub kawałki drewna, które tłąc się, wydzielają aromatyczny dym.
- ✓ **Grill elektryczny.** Grill, którego można używać w domu lub w ogrodzie. Źródłem ciepła jest grzałka elektryczna.
- ✓ **Grill gazowy.** Grill opalany propanem z butli (czasem także gazem ziemnym z sieci gazowniczej).
- ✓ **Grill kotłowy.** Stosunkowo niedrogi, okrągły grill węglowy na trzech nogach, wyposażony w ciężką pokrywę. Nadaje się do grillowania pośredniego i bezpośredniego.
- ✓ **Grill węglowy.** Grill opalany węglem drzewnym. Może być okrągły, prostokątny, z pokrywą lub bez, przenośny albo stacjonarny. Najpopularniejszym modelem grilla w Stanach Zjednoczonych jest kryty grill kotłowy.
- ✓ **Hibachi.** Mały, przenośny grill węglowy bez pokrywy, wykonany najczęściej z żeliwa. Doskonale się nadaje na plażę lub na wycieczkę.
- ✓ **Język ognia.** Gwałtowny rozbłysk płomieni spowodowany skapywaniem tłuszczu na rozżarzone węgle lub kawałki lawy.
- ✓ **Kawałki lawy.** Odłamki naturalnej lawy wulkanicznej są trwałe i z powodzeniem zastępują brykiety ceramiczne. Mimo nieregularnego kształtu nagrzewają się równomiernie w grillu gazowym lub elektrycznym. W przeciwieństwie do brykietów węglowych mogą być używane bez końca.
- ✓ **Koszyk grillowy.** Zamykany, druciany koszyk ułatwiający grillowanie (i obracanie) pokrojonych warzyw, delikatnych ryb, hamburgerów i innych potraw. Więcej informacji na temat akcesoriów znajdziesz w rozdziale 2.
- ✓ **Marynowanie.** Moczenie mięsa w płynnej mieszance przypraw w celu dodania potrawie smaku przed rozpoczęciem pieczenia. Mieszanka ta, zwana marynatą, zawiera zwykle zioła, przyprawy, olej i jakiś kwaśny składnik, na przykład ocet lub sok z cytryny.
- ✓ **Nacierka.** Aromatyczna mieszanka suszonych lub świeżych ziół i przypraw, którą naciera się jedzenie przed rozpoczęciem grillowania.

## Internetowe strony o grillowaniu, które zaostrzą Twój apetyt

Jeżeli uda Ci się oderwać na chwilę od grilla, możesz poszperać w internecie w poszukiwaniu dodatkowych wskazówek i przepisów. Oto kilka adresów, od których możesz zacząć:

- ✓ **World Wide Weber** ([www.weberbbq.com](http://www.weberbbq.com)). Kiedy przejrzysz zamieszczone na tej stronie przepisy, zapragniesz natychmiast upiec coś na grillu. (A jeżeli jeszcze go nie masz, będziesz mógł się zapoznać z bogatą ofertą firmy Weber).
- ✓ **About.com** ([bbq.about.com](http://bbq.about.com)). Na tej stronie znajdziesz przepisy, recenzje książek o grillowaniu oraz linki do czasopism i filmów na temat grillowania. Serwis informuje również o najnowszych produktach i urządzeniach do grillowania.
- ✓ **USDA Guide to Grilling and Smoking Food Safety** ([www.fsis.usda.gov](http://www.fsis.usda.gov)). Ten serwis nie ma tak atrakcyjnej szaty graficznej jak dwie pierwsze strony, ale zawiera wskazówki amerykańskiego Departamentu Rolnictwa składające się na podstawowy poradnik przetwarzania żywności. Znajdziesz tu informacje na temat bezpiecznego rozmrażania, marynowania, grillowania i serwowania żywności.
- ✓ **Na grilla** ([www.nagrilla.com](http://www.nagrilla.com)). Znajdziesz tu informacje na temat grillów i akcesoriów do grillowania, przepisy, porady i artykuły na temat grillowania.
- ✓ **Grillowanie.wp.pl** ([www.grillowanie.wp.pl](http://www.grillowanie.wp.pl)). Serwis zawiera przepisy na dania z grilla, marynaty i sałatki oraz porady dotyczące grillowania.

- ✓ **Naturalny węgiel drzewny.** Zwęglona pozostałość drewna wypalonego w węglarce, mająca postać nieregularnych bryłek. Jest to jeden z rodzajów paliwa do grillów węglowych. Naturalny węgiel drzewny nadaje potrawom najbogatszy aromat dymu.
- ✓ **Opiekanie.** Proces polegający na krótkotrwałym ogrzewaniu jedzenia bezpośrednio nad ogniem, w wysokiej temperaturze, mający na celu zatrzymanie soków w żywności, nadanie jej specyficznego smaku i brązowego koloru oraz uzyskanie lekko chrupiącej skórki.
- ✓ **Otwór wentylacyjny.** Otwór w pokrywie grilla lub w jego palenisku, wyposażony w pokrywkę umożliwiającą jego zamykanie i otwieranie. Otwarty otwór wentylacyjny zwiększa dopływ tlenu do paleniska, co pozwala uzyskać wyższą temperaturę. Nie wszystkie grille są wyposażone w otwory wentylacyjne.
- ✓ **Palenisko:** dolna część grilla, w której płonie ogień.
- ✓ **Pędzlowanie.** Pokrywanie powierzchni pieczonej potrawy gęstą mieszaniną przypraw (za pomocą pędzla), w celu dodania jej smaku i zachowania soczystości.
- ✓ **Podpałka.** Substancja ułatwiająca rozpalenie ognia. Może mieć postać płynu, kostek żelowych lub woskowych albo sprasowanego pyłu drzewnego nasączonego łatwopalną substancją. (Więcej informacji na temat podpałek znajdziesz w rozdziale 3.).
- ✓ **Pojemnik na węgiel.** Naczynie na węgiel umieszczane w palenisku grilla.
- ✓ **Rozpalarka kominowa.** Metalowy pojemnik o cylindrycznym kształcie, który napełnia się papierem i węglem drzewnym w celu szybkiego rozpalenia ognia.
- ✓ **Rozpalarka:** urządzenie do rozpalania węgla drzewnego. Najczęściej spotykane są rozpalarki kominowe i elektryczne. (Więcej informacji na temat rozpalarek znajdziesz w rozdziale 3.).
- ✓ **Rożen.** Długi, spiczasty pręt metalowy służący do pieczenia potraw bezpośrednio nad ogniem.
- ✓ **Ruszt.** Metalowa kratka, na której kładzie się jedzenie. Każdy grill jest fabrycznie wyposażony w jeden ruszt.

- ✓ **Tacka odciekowa.** Metalowy pojemnik umieszczony pod jedzeniem w celu gromadzenia kapiącego tłuszczu podczas grillowania pośredniego.
- ✓ **Wióry drewniane i kawałki drewna.** Drobne fragmenty suchego drewna dodawane do ognia w celu nadania grillowanym potrawom aromatu dymu. Najlepsze jest drewno dębowe, jabłoniowe i wiśniowe. Interesujący aromat nadają potrawom także kawałki suchych pędów winorośli. W handlu (także w Polsce) dostępne są również wióry drewna orzesznika (ang. *hickory*) oraz drzewa *mesquite*.

## Kilka wskazówek na początek

Każdy kucharz ma swoje upodobania, więc zanim zaczniesz eksperymentować z naszymi przepisami, poznaj nasze preferencje. Oto kilka wskazówek:

- ✓ **Podane w przepisach czasy pieczenia potraw są przybliżone.** Wiatr, temperatura powietrza i żywności, intensywność ognia i inne czynniki mają wpływ — nieraz bardzo duży — na czas obróbki cieplnej jedzenia.  
Testując termometry instalowane w grillach gazowych, odkryliśmy, że ich wskazania mogą być bardzo niedokładne. Grille węglowe niemal zawsze dają wyższą temperaturę niż gazowe, a co za tym idzie pozwalają skrócić czas pieczenia. Zalecamy przeprowadzenie prób z posiadany przez Ciebie grillem i odpowiednie dostosowanie podanych w przepisach czasów pieczenia potraw.
- ✓ **Jedzenie powinno być marynowane w pojemnikach zrobionych z innych surowców niż metal.** Najlepsze są pojemniki szklane i ceramiczne, niewchodzące w reakcję z żywnością. Podczas marynowania jedzenie powinno się znajdować w lodówce. Metal może popsuć smak jedzenia, a zawarte w żywności kwasy mogą wejść w reakcję chemiczną z naczyniem. Dobrym rozwiązaniem są plastikowe worki z zamknięciem, które mają także tę zaletę, że zajmują mniej miejsca w lodówce niż półmiski (więcej informacji o marynowaniu znajdziesz w rozdziale 5.).
- ✓ **Zachowaj ostrożność, używając pozostałości marynaty.** Nigdy nie używaj jej jako sosu bez przegotowania jej przez co najmniej 15 minut w celu zabicia wszelkich bakterii, które mogły przedostać się do niej z surowej żywności.
- ✓ **Nie doprowadzaj jedzenia do temperatury pokojowej.** Choć autorzy niektórych książek kucharskich radzą, by przed rozpoczęciem gotowania ogrzać jedzenie do temperatury pokojowej, raczej nie zalecamy takiego postępowania w przypadku przyrządzania jedzenia poza domem. Kiedy temperatura powietrza sięga 30°C, jedzenie może się szybko zepsuć.
- ✓ **Sól dodaje smaku grillowanym potrawom, a nawet może trochę poprawić ich fakturę.** Najlepiej solić potrawę tuż przed położeniem ich na ruszcie. Po upieczeniu jedzenia możesz dodatkowo poprawić je solą i świeżo zmielonym pieprzem.
- ✓ **Nasmaruj ruszt.** Przed rozpaleniem grilla (więcej informacji na temat tego, jak to zrobić, znajdziesz w rozdziale 3.) nasmaruj ruszt olejem roślinnym. Dzięki temu jedzenie nie będzie przywierało do rusztu. Niektórzy wolą używać specjalnego oleju w sprayu. Nigdy nie smaruj ani nie spryskuj rusztu olejem po rozpaleniu ognia i podczas nagrzewania grilla, ponieważ możesz spowodować gwałtowny wybuch płomieni. Jedzenie również powinno zostać nasmarowane tłuszczem lub marynatą i zwilżane tymi płynami w razie potrzeby.





## 36 Część I: Zapanuj nad grillem

---



- ✓ **Zachowaj ostrożność!** Czytaj wszystkie informacje dotyczące bezpieczeństwa i ostrzeżenia (takie jak to) zawarte w tej książce. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa jest niezwykle ważne, jeżeli chcesz, aby grillowanie było przyjemnością.