

Das große Optigrill Rezeptbuch



**Leckere und schnelle Rezepte für deine Backschale für
Einsteiger und Fortgeschrittene inklusive Snacks, Beilagen und
Desserts**

Matthias Neumann

Alle Rechte vorbehalten.

Der Inhalt dieses Buches darf nicht reproduziert, vervielfältigt oder übertragen werden ohne direkte schriftliche Genehmigung des Autors oder des Herausgebers vervielfältigt oder übertragen werden. Unter keinen Umständen wird irgendeine Schuld oder rechtliche oder Autor für Schäden, Wiedergutmachung oder finanzielle Verluste, die durch die in diesem Buch enthaltenen Informationen, die in diesem Buch enthalten sind, weder direkt noch indirekt.

Rechtlicher Hinweis:

Dieses Buch ist urheberrechtlich geschützt. Es ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt. Sie dürfen es nicht verändern, verbreiten, verkaufen, oder den Inhalt dieses Buches ohne die Zustimmung des Autors oder Herausgebers verändern, vertreiben, verkaufen, zitieren oder paraphrasieren. Herausgebers.

Hinweis zum Haftungsausschluss:

Bitte beachten Sie, dass die in diesem Dokument enthaltenen Informationen nur zu Bildungs- und Unterhaltungszwecken dienen. Es wurden alle Anstrengungen unternommen, um genaue, aktuelle, zuverlässige und vollständige Informationen zu präsentieren. Informationen zu präsentieren. Es werden keine Garantien jeglicher Art erklärt oder impliziert. Der Leser nimmt zur Kenntnis, dass der Autor nicht der Autor keine rechtliche, finanzielle, medizinische oder professionelle Beratung anbietet. Der Inhalt dieses Buches wurde wurde aus verschiedenen Quellen entnommen. Bitte konsultieren Sie einen zugelassenen Fachmann, bevor Sie die in diesem Buch beschriebenen Techniken die in diesem Buch beschrieben werden. Durch das Lesen dieses Dokuments erklärt sich der Leser damit einverstanden, dass der Autor unter keinen Umständen Der Leser erklärt sich damit einverstanden, dass der Autor unter keinen Umständen für direkte oder indirekte Verluste verantwortlich ist, die durch die Verwendung der in diesem Dokument enthaltenen Informationen entstehen. in diesem Dokument entstanden sind, einschließlich, aber nicht beschränkt auf, Fehler, Auslassungen oder Ungenauigkeiten.

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Inhalt..... | 3 |
| Kapitel 1: Einleitung..... | 7 |
| 1: Was ist der OptiGrill? | 7 |
| 2: Die Funktionen des OptiGrill im Detail | 7 |
| 3: Bedienungsanleitung – Schritt für Schritt..... | 10 |
| 4: Tipps und Tricks für perfekte Ergebnisse..... | 12 |
| 5: Rezepte und Anwendungen | 13 |
| 6: Reinigung und Pflege des OptiGrill | 13 |
| 7: Warum der OptiGrill eine lohnenswerte Anschaffung ist | 14 |
| Kapitel 2: Desserts..... | 15 |
| Obst Flamme | 16 |
| Keks Zitronen Kuchen | 16 |
| Cookie | 17 |
| Schokoladen & Eis Panini | 17 |
| Schoko Banane Burger | 17 |
| Erdbeeren-nutella Panini | 18 |
| Gegrillter Waffelkäse | 18 |
| Gegrillte Banane | 18 |
| Bananenbrot | 19 |
| Pflaumenpfanne | 19 |
| Grill-aprikosen | 19 |
| Zucchini Nuss Kuchen | 20 |
| Grill-eis | 20 |
| Waffeln | 21 |
| Hähnchen & Waffelgenuss | 21 |
| Schinken-käse Tortillas | 22 |
| Fruchtige Grillspieße | 22 |
| Grill-pfirsiche | 23 |
| Marshmallowschokoladen Panini | 23 |
| Gegrillte Wassermelone Mit Nuss-pesto | 24 |
| Kapitel 3: Fisch & Meeresfrüchte..... | 25 |
| Räucherlachs Mit Kruste | 26 |
| Krabbenburger Mit Selbstgemachter Sour Cream..... | 26 |
| Feine Jakobsmuscheln Auf Avocado – Kiwi – Salsa | 27 |
| Filet Vom Weißen Heilbutt Mit Butterschmelze Auf Frischem Blattspinat..... | 27 |
| Zarte Shrimps An Geröstetem Knoblauchbrot..... | 28 |
| Spargel & Lachs | 29 |
| Gegrillte Sardinen | 29 |
| Kabeljau Mit Kräutern | 29 |
| Gewürzter Hummerschwanz An Selbstgemachter Schnittlauchbutter | 30 |
| Fisch Thai | 30 |
| Jakobsmuscheln | 31 |
| Dorade Mit Gegrillten Kartoffelscheiben An Kräuter dip | 31 |
| Garnelen Vom Grill | 32 |
| Basilikum – Calamari – Tuben Auf Gemischtem Salat..... | 32 |

| | |
|--|----|
| Gegrillte Lachskoteletts | 33 |
| Calamari Salat Mit Zitronen Kapern Vinaigrette | 33 |
| Feuriges Zanderfilet Auf Rote – Linsen – Risotto | 34 |
| Panierte Zanderfilets | 35 |
| Aal A La Japanese | 35 |
| Gegrillte Makrele | 36 |

Kapitel 4: Vegetarisches Und Veganes 37

| | |
|--|----|
| Parmesan Kartoffeln | 38 |
| Gegrillte Zucchini(2) | 38 |
| Glasierter Räuchertofu Auf Zoodle – Salat | 38 |
| Leckere Rösti | 39 |
| Veganes Vollkorn – “käse” – Sandwich Mit Frischem Schnittlauch | 39 |
| Falafel Taler | 40 |
| Reis-burger | 40 |
| Auberginen Taler | 41 |
| Gefüllte Semmelbrösel | 41 |
| Gegrillter Seitan An Veganem Nudelsalat | 42 |
| Vollmundiger Vegetarischer Cheeseburger | 43 |
| Mangold-päckchen | 43 |
| Tomaten - Mozzarella Panini | 44 |
| Pita Brot | 45 |
| Kartoffelscheiben | 45 |
| Rote Beete Burger | 46 |
| Marinierte Aubergine An Selbstgemachter Veganer Sour Cream | 46 |
| Panierter Grill – Camembert An Selbstgemachtem Preiselbeerdip | 47 |
| Halloumi Burger | 47 |
| Zucchini Mit Feta Vom Grill | 48 |
| Vollkorn – Halloumi – Burger Mit Selbstgemachter Sauce | 48 |
| Gegrillte Auberginen | 49 |
| Gebatener Feta Käse | 49 |
| Pilzspieße | 50 |
| Gefüllte Paprika | 50 |
| Frenchtoast | 51 |
| Muffin Eier | 51 |
| Lasagne | 51 |
| Grill – Kartoffel – Salat Mit Honig – Senf – Dressing | 52 |
| Kürbis Küchlein | 53 |

Kapitel 5: Sandwiches 54

| | |
|---|----|
| Grillkäse | 55 |
| Speck Und Käsesticks | 55 |
| Calamaris Mit Vinaigrette | 55 |
| Lammrippchen Mit Kräutern | 56 |
| Rip-eye-sandwich | 57 |
| Gegrillte Hähnchenschenkel Mit | 57 |
| Veggie Cheeseburger | 58 |
| Schinken & Mozzarella Panini | 58 |
| Buffalo Chicken Wings | 59 |
| Süße Und Saure Knochenlose Bbq-ribs | 59 |
| Steak Und Pilz Teriyaki Kebobs | 60 |
| Buttermilch Rosmarin | 61 |

| | |
|--|-----------|
| Feine Frikadellen | 61 |
| Antipasti | 62 |
| Aloyau Steak | 62 |
| Gegrilltes Gemüse | 63 |
| Tilapia Mit Tomaten | 63 |
| Kartoffelchip-dip | 64 |
| Italienischer Burger | 64 |
| Rösti Waffeln | 65 |
| Lachs-sandwich | 66 |
| Erdnussbutter Sandwich | 66 |
| Käsekuchen Waffeln | 67 |
| Rib Eye Steak Mit Sauce | 67 |
| Bbq-sauce | 68 |
| Tomaten Tapenade | 68 |
| Schinken Schmankerl | 69 |
| Italienisches Gemüse Panini | 69 |
| Tofu Spieße Mit Tomaten | 70 |
| Kanadischer Hamburger | 71 |
| Gegrillter Nudelsalat Mit | 71 |
| Italian Sandwich | 72 |
| Gegrillte Zucchini(1) | 72 |
| Maissalsa | 72 |
| Hähnchenspieße (griechisch) | 73 |
| Chipotle Hähnchensalat | 73 |
| Club Sandwich(1) | 74 |
| Knoblauch-butter Kartoffeln | 75 |
| Falafel Leckerei | 76 |
| Einfache Salsa | 76 |
| Entenbrust | 77 |
| Kartoffeln Mit Parmesan | 77 |
| Gegrilltes Ahorn Wurzelgemüse | 77 |
| Gegrilltes Steak Mit Kartoffeln | 78 |
| Camenbert | 79 |
| Kartoffelfladen | 79 |
| Aussie Burger | 79 |
| China Tofu | 80 |
| Zimt Quark Waffeln | 81 |
| Röstkartoffeln | 81 |
| Kapitel 6: Fleisch | 82 |
| Zarte Ochsenbäckchen Auf Dänischem Kartoffelsalat | 83 |
| Wachtelbrust In Marinade Nach Griechischer Art Auf Spitzkohlgemüse | 83 |
| Glasiertes Entenbrustfilet An Sesam – Wirsing | 84 |
| Moza-frika | 85 |
| Hähnchen-grillteller | 85 |
| Lenden Vom Grill | 86 |
| Gefüllte Kartoffeln Mit Hähnchen | 86 |
| Falsches Thüringer Brätel An Gebratenem Pfirsich Und Butter – Mais | 87 |
| Bacon Zwiebel Ringe | 87 |
| Big Burger | 88 |
| Hähnchenspieße (griechische Art) | 88 |
| Wildschwein – Steak An Bratkartoffeln | 89 |

| | |
|---|-----|
| Bacon Ziegenkäse | 90 |
| Hackfleischspieße | 90 |
| Schweinebauchspieße | 91 |
| Red Pepper-steaks | 91 |
| Grill-schaschlik | 92 |
| Feurige Rindermedaillons An Gnocchi – Tomaten – Pfanne Mit Frischem Basilikum | 92 |
| Kebabs | 93 |
| Würzige Kalbsbäckchen Auf Mango – Avocado – Salat | 93 |
| Crazy Wings | 94 |
| Würzige Chicken – Wings An Selbstgemachtem Bbq – Dip | 95 |
| Steak-burger | 95 |
| Karamellisiert Rumpsteak | 96 |
| Deftige Rindswurst – Spieße Mit Champignon Und Roter Zwiebel | 96 |
| Rollbraten | 97 |
| Hähnchenbrustfilet In Honig – Senf – Marinade An Tomaten – Rucola – Salat | 97 |
| Grill-steaks | 98 |
| Feine Satee Spieße | 98 |
| Curry – Truthahn An Joghurt – Sauce | 99 |
| Strauß-rind-hackspieße | 99 |
| Hawaii-spieße | 100 |
| Zarte Schweinebäckchen An Feuriger Zwiebelpfanne | 100 |
| Entenbrust à L’orange | 101 |
| Chicken – Käse – Gurken – Sandwich | 101 |
| Marinierter Tafelspitz Auf Grünem Bohnengemüse | 102 |
| Falsches Saltimbocca An Italienischem Pasta – Salat | 103 |
| Reh-steaks | 104 |
| Gegrillte Hähnchenschenkel Mit Ahorn Sirup | 104 |
| Hähnchenspieße | 105 |
| Zartes Rinderfilet An Sellerie – Kartoffelstampf | 105 |
| Gefüllte Steaks | 106 |
| Rinderfilet In Mango Chutney | 106 |
| Feuriges Nackensteak An Kichererbsensalat | 107 |
| Optigriller Hähnchenbrust | 108 |
| Marinierter Schwenkbraten Auf Couscous Mit Ziegenkäse Und Bärlauch | 108 |
| Hirsch-steaks | 109 |
| Knusper Rumpsteak | 109 |
| Ollis Spezial-burger | 110 |
| Speckbombe | 110 |

Kapitel 7: Soßen, Dips und Marinaden 112

| | |
|-----------------------------|-----|
| Frischkäse-Honig-Dip | 113 |
| Frischkäse-Dip | 113 |
| Marinade für Geflügel | 113 |
| Bier-Marinade | 114 |
| Feta-Knoblauch-Dip | 114 |
| BBQ-Sauce | 115 |
| Rauchige BBQ-Sauce | 115 |
| Käse-Dip | 116 |
| Dallas BBQ-Sauce | 116 |
| Avocado-Chili-Dip | 117 |

Index 118

Kapitel 1: Einleitung

1: Was ist der OptiGrill?

Der OptiGrill ist ein innovativer Kontaktgrill, der für perfekte Grillergebnisse ohne Rätselraten sorgt. Anders als herkömmliche Elektrogrills ist der OptiGrill mit intelligenten Sensoren und voreingestellten Grillprogrammen ausgestattet, die automatisch die Garzeit und Temperatur an das Grillgut anpassen. Egal ob Steak, Hähnchen, Fisch, Burger oder Sandwiches – mit dem OptiGrill gelingt jedes Gericht auf den Punkt genau.

Die Besonderheit liegt in der automatischen Garstufenerkennung, die mithilfe eines Sensors die Dicke und Menge des Grillguts misst. Dies macht ihn ideal für Anfänger und Profis gleichermaßen, die auf gleichbleibend hohe Qualität und komfortable Handhabung Wert legen.



2: Die Funktionen des OptiGrill im Detail

Der OptiGrill verfügt je nach Modell über folgende Kernfunktionen:

1. Automatische Garstufenerkennung

Der Grill erkennt Dicke und Menge des Grillguts und passt die Grillzeit automatisch an. Dies ist besonders hilfreich bei Steaks, da die gewünschte Garstufe (blutig, medium, durch) automatisch erreicht wird.

2. Farbanzeige für Garstufen

Ein Lichtindikator zeigt den Garverlauf in mehreren Stufen:

- Lila: Vorheizen
- Blau → Grün: Anfang des Garvorgangs
- Gelb: Blutig
- Orange: Medium
- Rot: Durchgegart



3. Voreingestellte Grillprogramme

Je nach Modell gibt es zwischen 6 bis 9 voreingestellte Programme für:

- Burger
- Geflügel
- Sandwiches
- Würstchen
- Steaks
- Fisch
- Meeresfrüchte
- Bacon
- Tiefgefrorenes Grillgut (Defrost-Funktion)



4. Manuelles Programm mit Temperaturwahl

Für kreatives Grillen bietet der manuelle Modus die Möglichkeit, Temperaturen in verschiedenen Stufen zu wählen – ideal für Gemüse, Brot oder Obst.

5. Auftaufunktion

Tiefgekühlte Lebensmittel können direkt auf dem Grill zubereitet werden – ganz ohne vorheriges Auftauen.

6. Antihafbeschichtete Grillplatten

Die Platten sind herausnehmbar und spülmaschineneeignet – ein echter Pluspunkt für die Reinigung.



3: Bedienungsanleitung – Schritt für Schritt

1. Vorbereitung

- Gerät auf einer stabilen, hitzebeständigen Oberfläche platzieren.
- Grillplatten korrekt einrasten lassen.
- Auffangschale für Flüssigkeit einsetzen.
- Gerät mit Netzstecker verbinden.

2. Einschalten

- Gerät über den Netzschalter einschalten.
- Passendes Grillprogramm oder den manuellen Modus auswählen.

3. Vorheizen

- Der Grill beginnt automatisch mit dem Vorheizen (lila Lichtsignal).
- Nach Abschluss ertönt ein Signalton, und das Licht wechselt zu blau.

4. Grillgut einlegen

- Grillgut mittig auf die untere Grillplatte legen.
- Deckel vorsichtig schließen.
- Garprozess beginnt automatisch.

5. Garstatus überwachen

- Die Lichtanzeige gibt Auskunft über die aktuelle Garstufe.
- Nach Wunsch die Speise bei Erreichen der gewünschten Farbe entnehmen.

6. Reinigung

- Gerät ausschalten und abkühlen lassen.
- Grillplatten entfernen und mit warmem Wasser und mildem Spülmittel oder in der Spülmaschine reinigen.



4: Tipps und Tricks für perfekte Ergebnisse

1. Gleichmäßige Dicke beim Grillgut

Verwende möglichst gleichmäßig dicke Stücke, um eine präzise Garstufenerkennung zu gewährleisten.

2. Fettarme Zubereitung

Durch die geneigte Form der Grillplatten wird überschüssiges Fett direkt in die Auffangschale geleitet – ideal für gesundes Kochen.

3. Auf dem Punkt genau grillen

Beobachte die Lichtanzeige und nimm das Grillgut exakt bei der gewünschten Stufe heraus.

4. Marinaden und Gewürze

Verwende trockene Marinaden oder trage sie nach dem Grillen auf, da zu viel Flüssigkeit den Sensor beeinflussen kann.

5. Gemüserezepte im manuellen Modus

Paprika, Zucchini, Pilze oder Auberginen gelingen wunderbar bei mittlerer Temperatur im manuellen Modus.



5: Rezepte und Anwendungen

Beispiele für einfache Gerichte:

- Steak Medium Rare: Programm „Rind“, entnehmen bei oranger Anzeige
- Hähnchenbrust: Programm „Geflügel“, entnehmen bei roter Anzeige
- Thunfischsteak: Programm „Fisch“, entnehmen bei oranger Anzeige
- Panini: Programm „Sandwich“, 4–6 Minuten grillen
- Gemüsespieße: Manuelles Programm, mittlere Temperatur, 8–10 Minuten



6: Reinigung und Pflege des OptiGrill

Ein großer Vorteil des OptiGrill ist die einfache Reinigung.

1. Nach dem Grillen abkühlen lassen

Vor der Reinigung immer vollständig abkühlen lassen und Netzstecker ziehen.

2. Herausnehmbare Grillplatten reinigen

Die Grillplatten sind antihafbeschichtet, spülmaschinengeeignet und leicht herausnehmbar.

3. Auffangschale regelmäßig leeren und säubern

Diese fängt Fett und Flüssigkeit auf – idealerweise nach jeder Nutzung entleeren und reinigen.

4. Gehäuse mit feuchtem Tuch abwischen

Kein Wasser ins Innere bringen! Verwende ein weiches, leicht feuchtes Tuch.