

## Grill - Gewürzmischung, selber machen



- **Küche:** Deutsch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 10 - 12
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 5m
- **Fertig in** 10m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '10', 'cook_time' : '5m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '10 - 12', 'yield' : " });
```

Im Supermarkt gibt es eine große Auswahl an mariniertem und gewürztem Fleisch. Aber wissen wir genau, welche Zutaten für das Fleisch verwendet wurden? Nicht alle Zusätze obliegen der Deklarationspflicht.

Besonders wer unter Allergien oder einer Intoleranz leidet, sollte bei fertig gewürzten Speisen vorsichtig sein.

Dabei kann man ein **Grillgewürz für Fleisch und Fisch** gut selbst machen; da weiß man was drin ist und es verleiht dem Grillgut einen individuellen „Kick“. Hier ein „Allrounder“ der sowohl für Fleisch und Fisch zu verwenden ist.

## Zutaten

- 1 EL Cayenne
- 1 - 2 Knoblauchzehen, nach eigenem Geschmack
- 60 g grobes Meersalz
- 20 g schwarze Pfefferkörner
- 4 TL edelsüßes Paprikapulver
- 3 - 4 TL getrockneter Thymian
- 50 g brauner Rohrzucker

## Zubereitungsart

### Schritt1

Das Meersalz in einem Mörser fein zerstoßen und mit den grob zerstoßenen Pfefferkörnern und Paprika, Cayenne, Thymian, Knoblauch und Zucker vermengen.

### Schritt2

In ein Gewürz - Schraubglas füllen und gut verschließen. Zum Fleisch würzen oder mit Pflanzenöl mischen und das Grillgut damit einstreichen.

**Rezeptart:** Deutsche Küche, Fischgerichte, Fischzubereitungen für den Grill, Fleischgerichte, Gewürzmischungen, Grillrezepte, Grillrezepte für Fleisch, Kräutermischung, Partyrezepte, Vegan, Vegetarisch

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)26
- Fett (g)0,2
- KH (g)6
- Eiweiss (g)0,4
- Ballast (g)0,5

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/grill-gewuerzmischung-selber-machen/>