

Verein  
**Sicheres Tirol**



# LECKERE GRILL- REZEPTE

mit Sicherheit

Mit diesen Tipps steht  
einer sicheren Grillerei  
nichts mehr im Weg.

# SOMMERZEIT

## Zeit zum Grillen

„Grillen, das kann ich“, denken sich viele. Aber leider ereignen sich jährlich mehr als 700 Grillunfälle in Österreich. Hauptursachen sind Unachtsamkeit, unsachgemäßes Hantieren, Übermut und Fehleinschätzung, 56% aller Unfälle sind thermische Verletzungen (Verbrennungen), gefolgt von Schnittverletzungen 20%.



**GANZ  
TIROL  
SOLL  
SICHERER  
WERDEN.**

*Der Verein „Sicheres Tirol“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, alle Tiroler/Innen für mögliche Gefahren zu sensibilisieren und im richtigen Verhalten für den Notfall zu schulen. Dies soll gemeinsam mit bereits bestehenden Institutionen oder in Eigeninitiative des Vereins „Sicheres Tirol“ erfolgen.*

### **JEDER UNFALL IST EINER ZUVIEL!**

In Tirol passieren laut Unfallstatistik 2021 des KFV jährlich mehr als 69 000 Unfälle, über 25 000 der Unfallopfer benötigen stationäre Behandlung, und ca. 250 der Unfälle enden tödlich.

**Wir wollen diese Zahlen senken.**

**Präsident  
Dr. Karl Mark**



## Tipps für ein sicheres GRILLFEST

Der Frühling, Sommer, Herbst ist die beste Zeit zum Grillen. Dabei kommt es immer wieder zu Unfällen und Bränden. Fehler beim Anzünden oder beim Betreiben des Grills können sich „brandheiß“ auswirken. Eine „abgebrannte“ Gartenparty oder schwere und schmerzhaft Verbrennungen sind keine Seltenheit.

Beim Grillen entstehen zum Teil sehr hohe Temperaturen, z.B. die lodernen Flammen werden ca. 800°C heiß, die Glut und der Rost ca. 500°C, auch das Gehäuse eines Metallgrills kann bis zu 400°C erreichen. Um Ihnen ein „Sicheres Grillen“ zu gewährleisten, haben wir für Sie Tipps für ein feuer- und unfallfreies Grillfest zusammengestellt.



## CHECKLISTE für eine sichere Grillerei

**Grillgerät** auf seine Stabilität und den richtigen Zusammenbau prüfen. Lassen Sie sich bezüglich Geräteauswahl und Handhabung beim Kauf eines neuen Grills vom Fachhändler beraten!

Bei **Gasgrillgeräten** Dichtheit des Flaschenanschlusses prüfen! – mit einer schäumenden Flüssigkeit, keinesfalls mit einer Flamme!

Nur **sicherheitsgeprüfte Grillanzünder** verwenden, z.B. Grillanzünder aus Trockenspiritus, Anzündgel, Zündwürfel usw... Zum Grillen verwenden Sie möglichst Grillhandschuhe und langstielige Hilfsmittel, wie eine Grillzange, um sich vor Verbrennungen zu schützen.

**Hohe Vorsicht bei leicht brennbaren Flüssigkeiten.**

Niemals Benzin, Spiritus, Petroleum oder eine andere leicht brennbare Flüssigkeit zum Anzünden des Grillers verwenden oder in die Glut schütten. Wird eine brennbare Flüssigkeit aus einer Flasche auf die Glut oder auf die noch heißen Kohlen gespritzt, besteht besondere Gefahr, bei der es häufig zu Rückzündungen kommt und sich auch noch der Flascheninhalt explosionsartig entzünden kann. Explosionsartige Stichflammen können zu schwersten Verbrennungen führen!

**Grillkurse** beim Fachmann vermitteln wertvolle Tipps zur Sicherheit beim Grillen.

## Rezeptidee



### mit Sicherheit

**Geeigneten Grillplatz aussuchen.** Das Grillgerät nicht im Wald, in einem Zelt, in einer Gartenlaube, auf einem Holzfußboden oder auf dem Balkon aufstellen. Windrichtung beachten (Funkenflug, Rauchentwicklung)! Grillgerät im Freien auf festen ebenen Untergrund aufstellen.

# Gefüllte Champignons mit Frischkäse und Feta



30 MIN

### Grillplatz-Auswahl

Es ist wichtig, einen ausreichenden Sicherheitsabstand zu brennbaren Materialien einzuhalten. Das Grillgerät nicht neben Holzwänden oder trockenen Gartenabfällen wie z.B. Laub aufstellen.

### ZUTATEN (4 PORTIONEN)

250 g Champignons  
¼ Bund Petersilie  
100 g Kräuterfrischkäse  
50 g Feta  
Salz & Pfeffer

### ZUBEREITUNG

1. Champignons putzen, die Stiele herausdrehen, fein hacken, braten und unter die Füllung heben.
2. Petersilie waschen und trocken schütteln. Blätter fein hacken. Kräuterfrischkäse in einer Schüssel glatt rühren. Zerbröckelten Feta und die Hälfte der Petersilie unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Pilze mit der Frischkäse-Feta-Creme füllen. Das funktioniert besonders gut mit zwei Teelöffeln.
4. Gefüllte Champignons auf einer Grillschale 10-15 Minuten bei niedriger bis mittlerer Hitze grillen, bis sie leicht gebräunt sind.

## Rezeptidee



## mit Sicherheit

### Grillgeräte nie unbeaufsichtigt lassen.

Besondere Vorsicht ist bei starkem Wind oder beispielsweise bei herumspielenden Kindern oder Hunden geboten. Ein noch so kleines Grillfeuer könnte sich schnell ausweiten und die Glut danebenstehende Personen treffen.

# Gegrillte Teigspieße mit Bacon & Knoblauch



20 MIN

### ZUTATEN (EINE PORTION)

1 Knoblauchzehe  
Öl zum Fetten der Spieße  
1 Zweig Rosmarin  
1 Paket Pizzateig  
200 g Bacon (Scheiben)  
100 ml Olivenöl

### ZUBEREITUNG

1. Die Knoblauchzehe abziehen und durch eine Presse drücken. Mit dem Öl vermischen. Die Nadeln vom Rosmarin fein schneiden und in die Knoblauch-Öl-Mischung geben. Wer keine Rosmarinnadeln am Teig haben möchte, legt den Rosmarinweig nur für den Geschmack in die Ölmischung. Zwei Stunden ziehen lassen.
2. Den Pizzateig auslegen und von der langen Seite in Streifen

### Restfett Ausbrennen

Wenn Restfett im Gehäuse vorhanden ist, muss dieses mittels Ausbrennen (Pyrolyse) oder mittels Spachtel entfernt werden, um beim nächsten Grillen einen Fettbrand zu vermeiden.

schneiden. Die Holzspieße leicht einölen und den Pizzateig mit wenig von der Ölmischung dünn bepinseln, mit einer oder zwei Scheiben Bacon belegen und um die Spieße wickeln, dabei eindrehen.

3. Nochmals mit wenig Knoblauch-Rosmarin-Öl bestreichen und auf dem Grill am Rande, bitte nicht in der Mitte, da ist es zu heiß, langsam brutzeln lassen.

## Rezeptidee



## mit Sicherheit

**Restglut und Asche** erst nach völligem Erkalten entsorgen. So manche Mülltonne und mancher Komposthaufen ist schon in Flammen aufgegangen, weil dies nicht beachtet wurde.

# Grillspieße Saltimbocca



25 MIN

## ZUTATEN (4 PORTIONEN)

4 kleine Kalbsschnitzel  
Salz und Pfeffer  
12 Salbeiblätter  
4 Scheiben Parmaschinken

## ZUBEREITUNG

1. Die Schnitzel ganz dünn klopfen, mit Salz (sparsam) und Pfeffer würzen. Je 3 Salbeiblätter auf ein Schnitzel geben. Auf jedes Schnitzel eine Scheibe Parmaschinken geben. Die Schnitzel fest aufrollen.
2. Die Schnitzelröllchen hintereinanderlegen und 4 Schaschlikspieße nebeneinander durch alle 4 Röllchen stecken. Dann zwischen den Spießern durchschneiden.
3. Bei mittlerer Hitze etwa 8 Minuten grillen.

**Löschmittel** bereithalten  
Einen Feuerlöscher, einen Kübel Wasser oder Sand bereithalten. Selbst ein Gartenschlauch kann im Notfall nützliche Hilfe sein.

## Bei Brand- verletzungen: ERSTE HILFE LEISTEN!

Brandwunden sofort längere Zeit mit Wasser kühlen und anschließend steril abdecken. Größere Verbrennungen sind ein Fall für den Notarzt.



## mit Sicherheit

**Besonders auf Kinder achten.** Sie immer im Blickfeld haben, denn sie sind neugierig und kennen die Gefahren nicht. Kinder vom Grill fernhalten. Sie können Gefahren wie Hitze, Stichflammen und Fettspritzer beim Grillen nicht einschätzen. Gehen wir den Kindern mit gutem Beispiel voran!

# Gegrillter grüner Spargel mit Schinken



25 MIN

### ZUTATEN (4 PORTIONEN)

12 Stangen grüner Spargel  
Olivenöl  
Salz und Pfeffer  
12 Scheiben Schinken, luftgetrocknet (z. B. Parmaschinken), ersatzweise Frühstücksspeck

### ZUBEREITUNG

1. Von den Spargelstangen die unteren Enden wenig abschneiden, einölen, salzen und pfeffern. Jeden Spargel mit einer Tranche des Schinkens fest umwickeln.
2. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten grillen, bis der Schinken schön kross ist und die Spargel noch bissfest sind.

### Besondere Vorsicht auf die Kinder:

nahezu 20 % aller Unfälle beim Grillen betrifft Kinder! Bemerkenswert auch: 2 von 3 Unfällen verursachen Männer.

*Wenn Sie diese Tipps beachten, steht einem sicheren Grillvergnügen garantiert nichts mehr im Weg! Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Nachgrillen und lassen Sie es sich schmecken!*



Verein

**Sicheres Tirol**

**WIR SIND  
FÜR SIE DA**

*Einfach anrufen unter  
**+43 512 560095** oder per Mail an  
**verein@sicheres-tirol.com***

**Verein Sicheres Tirol**

Südtiroler Platz 6/II,  
6020 Innsbruck

0512/560095

verein@sicheres-tirol.com

**www.sicheres-tirol.com**

Infomaterial für unfallpräventive  
Maßnahmen im Haushalt, Freizeit und Sport  
sind beim Verein Sicheres Tirol erhältlich.



*Jetzt unsere neue  
**APP downloaden**  
für noch mehr  
Sicherheit!*



**INNS'  
BRUCK**

**tiroler**

**POLIZEI**

