

ET SI ON PARLAIT DU POISSON AU BBQ !

Ce n'est pas à vous, des spécialistes expérimentés de la viande, que nous devons apprendre comment cuire de la viande au BBQ. L'assortiment BBQ disponible dans les boucheries artisanales s'étend d'année en année, ce qui fait de vous de véritables experts en la matière. Mais comme les consommateurs sont toujours à la recherche de nouveautés et qu'il faut de temps en temps élargir ses horizons, nous allons ce mois-ci parler de la cuisson du poisson au BBQ. Cuire du poisson au BBQ est toujours une bonne idée ! Étonnez vos amis et bien d'autres en proposant un assortiment BBQ complémentaire et utilisez nos petites recettes pour un délicieux BBQ de poissons. Cuire du poisson au BBQ est en outre vraiment facile. Une brochette, une papillote, un filet ou un poisson entier, tout est possible. Commencez avec des bruschettas à la salade de poisson. Mettez les bruschettas brièvement sur le BBQ et régalez-vous !

TOUT D'ABORD, QUELS POISSONS CHOISIR ?

- Choisissez de préférence du poisson frais et si vous prenez quand même du poisson surgelé, laissez-le d'abord complètement décongeler. Ce n'est que si vous préparez du poisson en papillote qu'il ne faut pas nécessairement le décongeler au préalable.
- Optez toujours pour des poissons à chair ferme, comme la lotte, le saumon, le loup, le maquereau, le grondin, la rousette, ... Vous pouvez parfaitement les griller sans qu'ils tombent en morceaux. Ils sont aussi plus faciles à préparer en brochettes.
- À ces différentes espèces de poisson, vous pouvez ajouter des langoustines, des moules et d'autres mollusques et crustacés pour réussir votre BBQ de poisson.

POUR GRILLER DU POISSON AU BBQ, PROCÉDEZ COMME SUIV ...

- Veillez à ce que le barbecue soit à bonne température avant de commencer à griller.
- Pour éviter que le poisson reste collé à la grille du BBQ, frottez-le avec une fine couche d'huile (d'olive). Pendant que vous grillez le poisson, vous pouvez encore ajouter un peu d'huile, si nécessaire. Vous pouvez aussi le faire mariner pendant ½ heure avant de le mettre sur le BBQ, pour encore plus de saveur.
- Un morceau de papier alu ou un petit ravier perforé protègent le poisson contre la chaleur et empêchent qu'il reste collé à la grille du barbecue.
- Déposez le poisson sur la grille de manière à pouvoir le retourner sans l'abîmer. Placez les petits poissons à ± 8 cm de la source de chaleur, les grands morceaux à ± 15 cm.
- Grillez le poisson brièvement des deux côtés.
- Vous grillez un poisson entier ? Faites quelques entailles dans le sens de la largeur et des 2 côtés. La chaleur pénétrera ainsi plus vite dans le poisson et la cuisson sera plus régulière. La queue du poisson étant plus mince, la chair cuit beaucoup plus vite que le reste : ne mettez donc pas la queue trop près du feu.
- Utilisez une grille BBQ à pince ou une pince à griller, pour pouvoir plus facilement retourner le poisson en une fois.

- Si vous voulez encore griller de la viande ou des légumes après le poisson, enlevez le goût de poisson de la grille en passant dessus avec ½ citron.

LA DURÉE DE CUISSON DU POISSON AU BBQ

Le griller quelques minutes des 2 côtés suffit. Si le poisson est encore collé à la grille, c'est qu'il n'est pas encore cuit à point. La chair du poisson ne peut certainement plus être transparente. Piquez avec une brochette dans la partie la plus grosse du poisson. Si la brochette glisse facilement, c'est que le poisson est prêt!

LES CALAMARS (POULPES) AU BBQ, C'EST TOUJOURS SYMPA ...

La chaleur et la durée de cuisson sont très importantes quand on grille des calamars. Laissez-les mariner au préalable pendant 20 minutes dans un mélange d'huile (d'olive), de jus de citron et d'herbes aromatiques. Grillez-les brièvement à feu vif, pour éviter qu'ils deviennent trop coriaces. Retournez-les après 2 à 3 minutes, pour qu'ils soient bien grillés des 2 côtés. Enlevez-les alors de la grille et laissez-les reposer quelque peu. Coupez-les en fins anneaux, salez et poivrez. Servez les anneaux de calamar avec des tranches de citron.

LES BROCHETTES DE POISSON, UN CHOIX GAGNANT AU BBQ.

- Optez pour des espèces de poisson à chair ferme.
- Utilisez des brochettes plates ou doubles. Si vous prenez des brochettes en bois, laissez-les au préalable tremper dans l'eau, pour éviter qu'elles brûlent pendant la grillade.
- Alternez les cubes de poisson avec des légumes au choix (rondelles de courgette, champignons, tomates-cerises, morceaux de poivron, ...).
- Badigeonnez vos brochettes de poisson avec un peu d'huile et/ou de marinade avant de les déposer sur le BBQ.

LA PAPILOTTE DE POISSON, UN RÉGAL POUR LES PAPILLES GUSTATIVES !

Préparer du poisson en papillote est la manière la plus aisée de cuire du poisson au BBQ. La papillote de poisson, c'est à la fois

vite prêt et pauvre en graisse. Et comme toutes les saveurs se marient bien, c'est une véritable explosion pour vos papilles gustatives.

- Pour préparer une papillote de poisson, prenez un poisson au choix, l'idéal étant des filets.
- Déchirez un beau morceau de papier alu (de préférence 3x la longueur du morceau de poisson à préparer). Veillez à ce que le côté mat du papier alu soit tourné vers l'extérieur.
- Badigeonnez le côté brillant de la feuille de papier alu avec de l'huile, jusqu'à quelques centimètres du bord.
- Mettez les morceaux de poisson au milieu, avec les aromatisants (légumes émincés ou petits morceaux de pomme de terre, herbes aromatiques, jus de citron, poivre et sel). Ajoutez éventuellement un peu de vin blanc ou de beurre à l'ail pour encore plus de goût.
- Repliez les bords de la papillote et fermez-la bien pour que la vapeur reste bien à l'intérieur du petit paquet.
- Mettez la papillote sur la grille et laissez cuire 10 à 15 minutes (selon la grosseur du poisson).

Suggestion : Préparez les papillotes de poisson à l'avance, pour gagner du temps. Conservez-les au frigo jusqu'à ce que vous les cuisiez.

RECETTES

Brochette de lotte, sébaste et chorizo



Viande et poisson, un mariage impossible ? Rien n'est moins vrai. La viande et le poisson peuvent parfaitement s'entendre. La preuve avec cette brochette de lotte, sébaste et chorizo.

Ingrédients

250 g de lotte
 250 g de sébaste
 Jus d'1 citron
 4 c à s d'huile d'olive
 4 feuilles de laurier

4 c à s de persil haché
 Sel et poivre
 8 champignons
 8 rondelles de chorizo de 2 cm
 8 épaisses tranches de poitrine de porc

Préparation

Détaillez la lotte et le sébaste en cubes de 2 cm de côté. Préparez une marinade avec le jus de citron, l'huile d'olive, le persil, le sel et le poivre. Faites-y mariner le poisson pendant 15 minutes.

Enfilez le poisson sur les brochettes en alternant avec un champignon, un dé de poitrine de porc, une rondelle de chorizo et éventuellement une feuille de laurier.

Faites cuire les brochettes sur le barbecue pendant 10 minutes environ, en les retournant régulièrement.

Salade fraîche d'épeautre aux pommes, betteraves rouges et hareng grillé



Et si vous testiez une grillade de poisson au barbecue cet été ? Par exemple ce hareng grillé accompagné d'une salade fraîche d'épeautre aux pommes et betteraves rouges.

Ingrédients

1 oignon rouge
 1 pomme Jonagold
 5 radis
 1 poignée de persil
 1 poignée d'aneth
 1 poignée d'estragon
 1 citron
 Cresson
 1 betterave rouge
 3 c à s de crème aigre
 1 c à s de crème de raifort
 4 harengs
 150 g d'épeautre

Huile d'olive
Poivre et sel

Préparation

Salade d'épeautre :

Faites cuire l'épeautre comme mentionné sur l'emballage.

Hachez les fines herbes et coupez la pomme en dés. Émincez l'oignon rouge et détaillez les radis en rondelles.

Pelez la betterave rouge et tranchez-la.

Mélangez la crème aigre avec la crème de raifort, salez et poivrez. Incorporez à l'épeautre cuit la pomme, l'oignon rouge, les radis, l'aneth, l'estragon et la sauce à la crème aigre. Salez et poivrez selon le goût.

Au BBQ :

Salez et poivrez les harengs sur les deux faces. Badigeonnez-les d'huile d'olive et faites-les griller 3 minutes de chaque côté jusqu'à ce qu'ils soient cuits.

Faites également griller les tranches de betterave rouge sur le barbecue.

Déposez le citron coupé en deux, face coupée sur la grille du barbecue et faites-le griller jusqu'à ce qu'il arbore de belles rayures foncées.

Présentation :

Dressez les harengs et les demi-citrons grillés joliment sur un plat. Humectez encore d'huile d'olive et parsemez de persil. Décorez cette salade d'épeautre de tranches de betterave rouge grillées et de cresson. Servez avec les harengs grillés.

Papillote de poisson "Bouillabaisse"



Une papillote de poisson fait toujours plaisir, mais peut-on la rendre encore plus attirante ? Vous devez absolument goûter notre papillote de poisson façon « bouillabaisse ». Un plat typiquement marseillais avec des ingrédients bien de chez nous. Voici la recette de la bouillabaisse à préparer en papillote. Ça sent l'été

Ingrédients

2 bulbes de fenouil
1 oignon
4 tomates
2 gousses d'ail
1 boîte de safran
1 cube de fumet de poisson
250 ml de vin blanc sec
4 pommes de terre moyennes
800 g de filets de poissons de la mer du Nord (lotte, roussette, lieu noir, aiglefin, sole...)
16 coquillages
50 g de crevettes décortiquées à la main
2 cs de persil haché

Préparation

Faites cuire les pommes de terre al dente. Coupez le fenouil et l'oignon en fines lanières. Pelez les tomates et coupez la chair en petits dés. Ciselez l'ail.

Faites revenir le fenouil, l'oignon et l'ail dans de l'huile d'olive. Cassez le cube de bouillon par dessus les légumes et ajoutez le safran. Déglacez avec les 250 ml de vin blanc et laissez cuire encore un moment.

Prenez 4 grands morceaux de feuille d'alu. Répartissez le poisson cru dessus. Mettez dans chaque papillote une pomme de terre, 4 coquillages et de la sauce de légumes. Parsemez de cubes de tomates et fermez la papillote. Laissez cuire 15 minutes sur le bbq.

Déposez chaque papillote dans une assiette creuse, ouvrez légèrement la papillote, parsemez de crevettes et de persil.

Brochette de truite, poivron et oignon rouge et salade fraîche au fenouil

Le poisson aussi peut s'inviter sur de délicieuses brochettes. La truite s'enfile aisément sur un pique à brochette et se cuit rapidement au BBQ. La salade de fenouil apporte la note de fraîcheur qui s'impose.

Ingrédients

4 truites nettoyées
1 c à c d'origan séché
1 dl de vinaigre de vin blanc
1 poivron rouge
6 oignons grelots
1 oignon rouge
Jus d'½ citron
Huile d'olive
Poivre et sel

Pour l'accompagnement :

1 gros fenouil
1 concombre
200 g de tomates cerises
2 c à s d'aneth haché
250 g de grains de blé

Pour le dressing :

6 c à s de jus de citron
3 c à c de sucre
5 c à s d'huile d'olive



Préparation

Nettoyez le poisson puis séchez-le à l'aide de papier essuie-tout. Badigeonnez-le de jus de citron et coupez chaque poisson en quatre.

Mélangez le vinaigre de vin blanc avec l'origan et un trait d'huile d'olive. Salez et poivrez. Pelez les oignons grelots. Coupez le poivron et l'oignon rouge en morceaux prêts à l'emploi.

Enfilez les morceaux de truite sur des piques à brochette en fer en alternant avec un oignon grelot, un morceau de poivron et un morceau d'oignon rouge. Laissez tremper les brochettes dans la marinade pendant 2 heures.

Faites cuire le blé à l'eau légèrement salée.

Coupez le concombre dans le sens de la longueur. Épépinez-le à l'aide d'une cuillère puis détaillez-le en longs rubans.

Coupez le fenouil dans la longueur puis en fines tranches, éventuellement à l'aide d'une mandoline. Coupez les tomates cerises en deux.

Mélangez tous les légumes avec l'aneth. Égouttez le blé et incorporez-le également aux légumes.

Réalisez un dressing avec le jus de citron, le sucre et 5 c à s d'huile d'olive. Salez et poivrez. Versez-le sur la salade.

Faites griller les brochettes au barbecue en les badigeonnant régulièrement de marinade. Servez avec la salade de fenouil.

Tranches de bifteck, petites brochettes de poulpe grillé et brocolini sur planche

Ce surf and turf de bifteck et de poulpe peut être présenté tel quel à table, pour un repas convivial à partager en famille ou entre amis. Idéal comme repas de fête !

Ingrédients

2 entrecôtes (+ 800 g/pièce)
 4 c à s d'huile d'olive
 1 c à c de sel
 1 c à c de poivre

Pour le poulpe grillé

1 poulpe frais ou précuit
 1 c à s d'huile d'olive
 2 gousses d'ail
 ½ bouquet de persil plat (tiges et feuilles)
 1 feuille de laurier
 Zeste d'1 citron

Prévoir en plus

2 c à s d'huile d'olive
 1 c à s de jus de citron
 Pincée de piment en poudre

Sauce au poivron

1 échalote
 4 c à s de crème
 100 ml de bouillon de légumes
 1 poivron rouge
 Poivre et sel
 Brocolini
 300 g de brocolini
 2 c à s d'huile d'olive
 1 piment rouge frais
 1 gousse d'ail
 Sel

Dip au yaourt

200 ml de yaourt grec
 1 c à s d'huile d'olive
 •1 c à s de jus de citron
 1 gousse d'ail
 Sel
 2 c à s d'aneth frais



Préparation

Faites cuire le poulpe frais:

(Passez cette étape si vous avez acheté des tentacules de poulpe précuites.)

Pelez et pressez les 2 gousses d'ail, hachez les tiges de persil. Faites chauffer 1 c à s d'huile d'olive dans une casserole haute. Faites revenir l'ail et les tiges de persil avec le zeste de citron. Ajoutez le poulpe, salez et poivrez. Refermez la casserole et laissez cuire lentement (pendant 50 à 60 minutes environ).

Préparez le dip au yaourt:

Pressez la gousse d'ail. Dans un bol, mélangez le yaourt grec, l'huile d'olive, le jus de citron, l'ail, la pincée de sel et l'aneth frais. Recouvrez d'un film fraîcheur et conservez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Faites mariner la viande:

Mélangez 4 c à s d'huile d'olive, le sel et le poivre dans un plat dans lequel les 2 pièces de viande s'ajusteront parfaitement. Déposez la viande dans la marinade et massez-la avec la marinade. Réservez au frais.

Préparez la sauce au poivron:

Coupez le poivron en deux et éliminez ses graines et côtes. Déposez les moitiés de poivron, côté tranché vers le bas, sur une lèchefrite. Faites griller au four jusqu'à ce que la peau du poivron forme des cloques noires. Placez le poivron dans un bol que vous couvrez de film fraîcheur pendant 10 minutes. Pelez le poivron et coupez-le en dés.

Émincez l'échalote. Faites revenir l'échalote et le poivron à l'huile d'olive. Ajoutez le bouillon et la crème et laissez réduire quelques instants.

Mixez la sauce jusqu'à ce qu'elle soit bien lisse. Salez, poivrez et réservez au chaud jusqu'au moment de servir.

Préparez le broccolini:

Émincez le piment et la gousse d'ail.

Faites chauffer 2 c à s d'huile d'olive dans une grande poêle avec couvercle et faites-y brièvement rissoler le piment et l'ail. Ajoutez le broccolini et relevez d'une pincée de sel. Faites-le étuver pendant 7 à 8 minutes.

Goûtez une tige pour vérifier s'il est cuit (il doit être encore légèrement croquant). Ajoutez éventuellement un trait d'eau pour étuver davantage.

Salade met langoustines

Ingrédients

12 langoustines
500 g de tomates
2 gousses d'ail
2 échalotes ciselées
1 botte d'origan frais
poivre de Cayenne et sel
1 bulbe de fenouil
fleur de sel (sel marin)
200 g de roquette
100 g d'épinard jeune
huile d'olive
1 citron



Un peu de citron est idéal pour dégraisser les mains après avoir mangé des crustacées. Avec un bol d'eau et quelques tranches de citron on fait vite des rince-doigts.

Préparation

Ciselez l'ail et hachez une poignée d'origan. Faites frire l'échalote, l'ail et l'origan à feu doux. Faites y revenir les langoustines et assaisonnez de poivre de Cayenne et de sel.

Coupez les tomates en lanières, sans les graines. Coupez le fenouil en deux, enlevez le centre dur et coupez en lanières. Rincez et séchez les épinards et la roquette. Mettez la roquette, épinards, fenouil et tomates dans un saladier. Aspergez d'huile d'olive et jus de citron et assaisonnez de poivre et sel. Posez les langoustines par dessus ; délicieux avec une baguette.

Panzanella aux légumes et pêches grillés et maquereau

Ingrédients

1 pain ciabatta (de préférence vieux d' un jour)
2 poivrons orange ou jaune
3 pêches
4 filets de maquereau
1 sachet de mesclun
1 ravier de tomates cerise
2 cs de câpres
1 courgette
3 cs de vinaigre de vin rouge
1,5 cs de anchois coupés
½ cs de miel, poivre et sel
6 cs d'huile d'olive + extra
½ botte de basilique

Cette recette est également réalisable avec du mullet ou maquereau fumé.



Préparation

Coupez le ciabatta en morceaux prêts à manger. Aspergez d'huile d'olive et mettez le pain sur le bbq. Grillez pour qu'il soit croustillant et doré.

Nettoyez les poivrons, enlevez la queue et les graines et coupez en gros morceaux. Coupez les pêches en deux et coupez chaque moitié en tranches.

Coupez la courgette en fines tranches. Roulez les morceaux de poivron, courgette et pêches dans un peu d'huile d'olive et grillez-les sur le bbq.

Passez les filets de maquereau dans l'huile d'olive et faites les cuire entre une pince à griller sur le barbecue.

Coupez les tomates cerise en deux et réalisez une vinaigrette avec le vinaigre, le miel, les câpres, les anchois et 6 cs d'huile d'olive. Assaisonnez de poivre et sel.

Composez le plat avec la salade, les tomates cerise, les courgettes grillées, les poivrons et les morceaux de pêche.

Dispersez le maquereau par dessus et finissez avec la vinaigrette, les croutons et les feuilles de basilique.

Plie sur le barbecue avec compote de tomates et aubergine laquée

Ingrédients

2 plies de 500 g chacune
 4 brins de thym
 2 échalotes
 2 jeunes oignons
 4 gousses d'ail
 Huile d'olive
 4 tomates cerises

Pour l'aubergine laquée

1 aubergine
 1 dl de sauce de soja

½ dl de mirin
 2 càs de miel
 Jus d'1/2 citron
 Zeste d'1 citron vert

Pour la compote de tomates

2 boîtes de tomates pelées de 250 g
 2 càs de ketchup
 1 càs de vinaigre de vin rouge
 1 oignon
 2 gousses d'ail
 2 càs d'huile d'olive

Préparation

Pour l'aubergine laquée

Faites des trous dans l'aubergine à l'aide d'une fourchette. Emballez-la ensuite dans du papier d'aluminium et faites-la cuire au four à micro-ondes pendant environ 5 minutes à température maximale. Vérifiez si l'aubergine est cuite. Si ce n'est pas le cas, faites-la cuire un peu plus longtemps (tout dépend de la force de votre micro-ondes). Laissez ensuite l'aubergine refroidir au réfrigérateur. Coupez-la en tranches. Versez tous les autres ingrédients dans une casserole et portez à ébullition. Placez les tranches d'aubergine dans la laque et continuez à faire cuire pour obtenir un sirop qui nappe les tranches d'aubergine.

Pour la compote de tomates

Ciselez l'oignon et l'ail. Faites-les revenir dans de l'huile d'olive pour les attendrir. Incorporez les tomates en boîte, le ketchup et le vinaigre de vin rouge. Faites réduire le tout à feu doux pour obtenir une compote épaisse. Passez la compote au moulin à légumes. Salez et poivrez. Faites brièvement griller la plie sur le barbecue. Déposez la plie grillée dans un plat pouvant aller en plein feu. Ajoutez l'échalote grossièrement hachée, les tomates cerises, l'ail, les jeunes oignons, les brins de thym et l'huile d'olive. Laissez le tout cuire doucement au barbecue (un barbecue avec couvercle est idéal pour permettre à tous les arômes de s'exprimer).

Servez dans des assiettes séparées.



FICHE POUR LES CLIENTS

Les astuces pour un barbecue varié

BOOSTEZ VOTRE BARBECUE CLASSIQUE À BASE DE VIANDE ET DE SALADE AVEC UNE PORTION DE VIANDE DE QUALITÉ, DU POISSON, DES LÉGUMES GRILLÉS ET DES FRUITS AU DESSERT. VOUS VOULEZ PARIER QUE TOUT LE MONDE VA PARLER DE VOTRE BBQ ? ET SI VOUS VOULEZ VRAIMENT ÉPATER VOS INVITÉS, N'OUBLIEZ PAS QUE LA VARIATION EST UN ÉNORME ATOUT.

Variez avec des produits de chez nous de saison

- Utilisez des produits de qualité de chez nous. Qu'il s'agisse de viande, de poisson ou de légumes, cela n'a pas d'importance. Ce qui est d'ici, est de qualité !
- Faites des brochettes de viande, poisson, légumes. Combinez des légumes d'été comme la courgette, le poivron, les tomates-cerises avec des oignons, des champignons et des herbes telles que du romarin et de l'origan et avec le poisson ou la viande. Vous obtiendrez de délicieuses brochettes en un rien de temps.
- Enduisez vos légumes d'huile d'olive puis posez-les sur les bords du grill.
- Enveloppez la viande, le poulet, le lapin ou le poisson dans du papier alu avec des légumes frais et des herbes. La papillote permet aux goûts de bien se mélanger.
- Une salade rafraîchissante est toujours la bienvenue lors d'un barbecue. Pour commencer, il existe beaucoup de sortes de salades différentes que vous pouvez assaisonner et associer comme bon vous semble. Servez éventuellement les vinaigrettes et sauces à part pour que vos salades restent bien croquantes plus longtemps.
- Préférez les petites portions aux gros morceaux. En servant des petites portions de viande ou de poisson, vous pouvez varier davantage et encore mieux combiner avec des légumes ou des accompagnements.

Utilisez diverses marinades, épices et herbes

- Griller ne demande que peu ou pas de matière grasse ou d'huile. Arrosez vos ingrédients d'huile ou de marinade plutôt que de les plonger dedans. Pour votre marinade, prenez p.ex. de l'huile (d'olive) et ajoutez-y de l'ail, du thym, du romarin, des échalotes et du jus de citron.
- Donnez une dimension spéciale à vos salades, en les combinant avec des herbes (fraîches). La salade est délicieuse avec de la mélisse citronnelle, les tomates avec de la menthe, de l'estragon ou de la ciboulette, le concombre avec du basilic ou de l'aneth, les carottes avec du cerfeuil ou du persil, une salade de pommes de terre avec de la ciboulette.

Servez des fruits frais comme dessert

- Utilisez la dernière chaleur de votre barbecue pour encore vite griller une brochette de fruits ou des tranches de pomme. Ou que diriez-vous d'une papillote de fruits rouges ? Ou encore d'une banane grillée avec une boule de crème vanille ?

Très amusant : choisissez un thème pour votre BBQ !

- Optez toujours pour des produits de qualité de chez nous. Qu'il s'agisse de produits simples et purs ou d'une véritable explosion de saveurs, les produits de chez nous cuits au BBQ vous offrent de multiples possibilités.

- Vous pouvez aussi donner aux produits d'ici une touche exotique et plonger vos invités dans une ambiance asiatique, africaine ou de fiesta latina. Donnez libre cours à votre créativité et faites de votre BBQ un véritable festin en utilisant une décoration de fête!

Faire un barbecue en toute sécurité

On fait des barbecues parce qu'ils allient la bonne nourriture et l'amusement. Vous êtes l'hôte(sse) du prochain barbecue au programme ? Alors ne loupez pas ces règles de sécurité pour que tout se passe à merveille.

- Votre barbecue doit être stable et à l'abri du vent. Il ne doit rien se trouver dans un rayon de 3 mètres autour du barbecue : loin des invités et d'objets inflammables tels que des parasols, des meubles de jardin ou les buissons.
- De préférence, ne portez pas de vêtements trop amples. Éloignez les enfants et les animaux domestiques du barbecue.
- La grille doit être propre avant l'utilisation. Elle doit être placée suffisamment en hauteur. Laissez-la chauffer un peu et ne posez vos aliments que lorsqu'il n'y a plus de flammes.
- N'utilisez que du charbon qui convient au barbecue. En plus du charbon traditionnel, il existe aussi des briquettes de charbon de bois ou du charbon de bambou. N'utilisez jamais de pétrole ou d'alcool à brûler. Une alternative sûre et rapide est l'allume-barbecue électrique.
- Un barbecue à charbon s'allume 30 à 45 minutes à l'avance. Ce n'est que lorsque le charbon s'est transformé en braises blanches que vous pouvez commencer à cuire vos aliments.
- Créez deux zones : une zone chaude avec plus de charbon et une zone moins chaude avec moins de charbon. La zone la plus chaude servira à saisir la viande et le poisson.
- La graisse de chaque morceau de viande posée sur la grille va fondre. Les gouttelettes de graisse tombent sur le charbon qui va se mettre à grésiller. Si vous voulez éviter cela, munissez-vous de barquettes en alu faites pour le barbecue. Mettez votre viande dedans avant de mettre la barquette sur le barbecue. La graisse fondue sera récupérée alors que les bons arômes continuent de se répandre.
- Ainsi tous les jus restent à l'intérieur du morceau, ce qui le rend juteux et goûteux. Après l'avoir saisi, placez-le dans la deuxième zone. Si la cuisson de vos ingrédients est trop rapide en zone 1, placez-les en zone 2. Si nécessaire, pensez à ravitailler votre barbecue en charbon à temps.
- Conservez vos ingrédients le plus longtemps possible au réfrigérateur avant de les mettre sur le barbecue : la viande et le poisson crus résistent mal à la chaleur extérieure.
- Tous les plats contenant des grillades, mais aussi des salades et des sauces ne peuvent jamais rester au soleil. Tout ce qui est chaud doit être maintenu au chaud, et tout ce qui est froid, au frais. Ce qui est plus facile à faire si vous divisez la viande, les salades et les sauces en plus petites portions.