

# Tierschutzjugend NRW

## Newsletter



## Tierschutz beim Grill-Spaß

Ob im Garten, auf dem Balkon oder im Park: In der wärmeren Jahreszeit ist bei schönem Wetter Grillzeit. Frisch vom Grill schmecken viele Sachen besonders gut. Dabei muss Tierschutz und Grillgenuss kein Widerspruch sein. Außer den üblichen Würstchen und marinierten Nackensteaks gibt es auch leckere vegetarische Alternativen.

An Gemüse eignen sich zum Beispiel Kartoffeln, Maiskolben, Tomaten, Champignons, Zucchini, Auberginen oder grüner Spargel. Aus der Obst-Abteilung sind gegrillte Bananen, Ananasscheiben oder Äpfel super lecker. Aber auch vegetarische Bratlinge, einige Käsesorten oder Brot lassen sich prima grillen.



Soll es doch (auch) Fleisch sein, achte darauf, dass es sich um Fleisch aus besserer Tierhaltung handelt. Bei Fleisch, welches mit folgenden Siegeln gekennzeichnet ist, haben die Tiere auf jeden Fall ein schöneres Leben gehabt, als in den meisten anderen Ställen:



Näheres zu diesen Siegeln findest du im Internet unter den Links:

Neuland: <https://www.neuland-fleisch.de/>

Prämienstufe des Deutschen Tierschutzbundes:

<https://www.tierschutzlabel.info/tierschutzlabel/premiumstufe/>

Eine andere Möglichkeit ist der Einkauf im Hofladen eines Bauerhofes in deiner Nähe, wo du selbst anschauen konntest, dass die Tiere ein tiergerechtes Leben hatten.

## **Rezepttipp: Gemüsespieße**

### Zutaten:

#### **für die Marinade:**

- 3 Esslöffel Olivenöl
- 1 Esslöffel Sojasoße
- 1 Zitrone
- 1 Esslöffel italienische Kräuter
- 1 Knoblauchzehe

#### **Zutaten Gemüse:**

- 4 kleine Zwiebeln
- 8 Champignons
- $\frac{1}{2}$  Aubergine
- $\frac{1}{2}$  Zucchini
- 8 Cocktailtomaten
- 1 Paprikaschote

### Zubereitung:

1. zunächst stellst du die Marinade her: Dafür musst du die Zitrone auspressen, die Knoblauchzehe schälen und pressen und alle Zutaten der Marinade in einer größeren Schüssel verrühren
2. dann bereitest du das Gemüse vor: Nach dem Waschen
  - schneidest du die Zucchini in ca. 1 cm dicke Scheiben
  - halbiert die Aubergine der Länge nach und schneidest sie ebenfalls in ca. 1 cm dicke Scheiben
  - entkernst die Paprikaschote und schneidest sie in ca. 4 cm breite Streifen
  - schälst die Zwiebeln und halbiert sie
  - entfernst von den Tomaten den Stielansatz
  - putzt die Champignons
3. das Gemüse gibst du in die Schüssel mit der Marinade und rührst alles vorsichtig um. Das Gemüse muss nun mindestens zwei Stunden durchziehen.





