

INHALT

Genuss mit Rücksicht auf die Umwelt

- Gute Gründe 6
- Grüner Grillen kann einfach sein 10

Welcher Grill soll's sein? 13

- Muss es immer Kohle sein? 14
- Der Holzkohlegrill 16

#machsnachhaltig

- Einen Blumentopf-Holzkohlegrillselbst bauen 18

- Der Gasgrill 20
- Lavastein 22
- Der Elektrogrill 24
- Der Solargrill 26

#machsnachhaltig

- Einen Solargrill selbst bauen 28
- Besondere Grills 30

#machsnachhaltig

- Alles wiederverwenden 32

#machsnachhaltig

- Ein ungewöhnliches Grillvergnügen: Lagerfeuer mit Synergie 34

Was kommt rein oder ran? 37

- Die richtige Kohle 38
- Der richtige Anzünder 42

#machsnachhaltig

- Grillanzünder aus Sägespänen herstellen 46

#machsnachhaltig

- Einen Anzündkamin aus einem Besteckhalter bauen 48

- Das richtige Aroma 50

- Das richtige Gas 52

- Der richtige Strom 54

- Die richtigen Utensilien 56

#machsnachhaltig

- Gemüseblätter statt Alufolie 58

Das Grillgut macht den Unterschied 61

- Genuss rauf, Ökobilanz runter! 62

- Einkaufstipps für Fleisch 68

- Einkaufstipps für Fisch und Meeresfrüchte 70

- Grillkäse, Tofu und Fleischersatzprodukte 72

#machsnachhaltig

- Bohnenburger selbstmachen 76

- Gemüse, vielseitig und farbenfroh 78

- Desserts 84

#machsnachhaltig

- Gut planen heißt weniger wegwerfen 86

Die grüne Grillparty

Schnelle und gute Beilagen	92
#machsnachhaltig	
10 Tipps, um regionale Produkte zu erkennen	94
Dips und Soßen	96
Getränke	98
#machsnachhaltig	
Glas oder Plastik?	100
Geschirr, Besteck & Co.	102
Servietten & Co.: Stil statt Müll!	104
#machsnachhaltig	
Veganes Wachspapier herstellen	106
Blumen-Deko	108
Lichter-Deko	110
#machsnachhaltig	
Ungebetene Gäste: Wespen & Mücken	112
Planungstipps für die Grillparty	114

91 Nach dem Grillen

Aufräumen und Reste verwerten	118
Den Grill putzen	120

#machsnachhaltig-Infos 123

Zum Weiterlesen	124
Über die Autorin	124
Endnoten	125
Register	126