

Vegan grillen: 12 leckere Rezeptideen für's Barbecue



Die Planung für's vegane Grillen am Wochenende steht! Man bin ich froh, dass ich zur Dip-Beauftragten ernannt wurde. Denn Dippen ist einfach voll mein Ding. Neben fruchtigem Birnen-Cranberry-Chutney und cremigem Rote-Bete-Hummus bereite ich ganz klassisch die beliebte Auberginen-Paprikapasta aus meiner Kindheit zu: nämlich Ajvar. Selbstverständlich stehen diverse Brotsorten, leichte Beilagensalate und frische Kräuterbutter auf der Liste. Während ich mich entspannt um die Dips und Soßen kümmerge, schnibbeln meine Freunde das **Gemüse** und marinieren den **Tofu**. Ganz wichtig: Gewürze und Kräuter!

In meinem Bekanntenkreis merke ich immer mehr, dass der Fleischkonsum reduziert wird. Neben Gemüseburger und Tofu-Würstchen gibt es so viele **tierliebe Alternativen**, bei denen sowohl Fleischesser als auch Personen, die auf tierische Produkte verzichten, geschmacklich auf ihre Kosten kommen. Der perfekte Anlass, um euch gleich mehrere geniale Grillrezepte vorzustellen. Unsere **Foodblogger** haben sich Gedanken rund ums vegane Grillen gemacht und **12 leckere Barbecue-Ideen** zusammengetragen. Also mein nächster Grillabend steht definitiv unter dem Motto: Vegan grillen und chillen!

Kisir

Ist der Terrassentisch einmal gedeckt, kann die Grillfete endlich gestartet werden! Mit an Bord sind diverse Salate, fluffiges Fladenbrot, vielfältige Dips und

selbstverständlich ausreichend Grillgut wie Tofu-Würstchen oder Gemüse-Bouletten. Bei Christina und Stefan kommt standardmäßig türkischer Bulgursalat auf den Tisch – die perfekte Beilage. [Zum Rezept](#)



Kisir © Christina & Stefan Bumann | tinastausendschön

Knusprige Focaccia

Knusper, knusper, knäuschen, wer knabbert an unserer Focaccia? Der Duft von frisch gebackenem Weißbrot haut uns immer wieder aus den Socken. In Majas gusseiserner Pfanne wird der lockere Teig innerhalb von 20 Minuten zum krossen Brotwunder. Fehlt nur noch der eine oder andere Dip! [Zum Rezept](#)



Knusprige Focaccia © Maja Nett | Moey's Kitchen

Vegan grillen: 12 leckere Rezeptideen für's Barbecue

Gegrillte Zucchini mit Zitrone und Basilikum

Was kommt heute auf den Gasgrill? Von knackigen Maiskolben über krosse Ciabatta-Scheiben bis hin zu feurig-scharfen Jalapeños – auf das Rost kommt das, was die Küche gerade hergibt. Bei Ines sind es dieses Mal: gegrillte Zucchini mit Zitrone und Basilikum - originell und schnell! [Zum Rezept](#)



[Gegrillte Zucchini mit Zitrone und Basilikum](#) © Jessica Diesing | Berliner Küche

Ananas & Curry Quinoa Salat

Danielas und Michaels cooler Curry-Quinoa-Salat stiehlt jedem Nudelsalat die Show auf der Grillparty. Knackiges Gemüse, süßes Obst und nahrhafter Quinoa vereinen sich zu einer herausragenden Salat-Kombi. Immer her mit den Schüsseln! [Zum Rezept](#)



[Ananas & Curry Quinoa Salat](#) © Daniela & Michael Becker | flowers on my plate

Seitan-Schaschlik mit Currysoße

Ein Schaschlik-Spieß kommt selten allein. Gern bringt er statt Fleisch und Fisch, Gemüse und Seitan auf den Tisch. So ist es zumindest bei Karin. Auch wenn der Klassiker traditionell als Fleischspieß angeboten wird, lässt er sich im Nullkommanix zum tierlieben Schmankerl abwandeln. [Zum Rezept](#)



[Seitan-Schaschlik mit Currysoße](#) © Karin Klemmer | Wallygusto

Gefüllte Datteln im Salbeimantel

4 Zutaten braucht ihr, um Datteln auf's nächste Level zu bringen. Hannah weiß, wie man die ganze Familie glücklich macht. Man nehme ein paar Trockenfrüchte, etwas Mandelmus und einige Salbeiblätter. Sobald die Datteln mit der cremigen Nusspaste gefüllt und mit den herrlich-frischen Blättern ummantelt sind, bratet ihr sie in Olivenöl an. Was ein knuspriges Erlebnis! [Zum Rezept](#)



[Gefüllte Datteln im Salbeimantel](#) © Hannah Frey |

Vegan grillen: 12 leckere Rezeptideen für's Barbecue

Projekt: Gesund leben

Vegane Seitanspieße mit Erdnuss-Kokos-Soße

Was kann einem Grillfest besseres passieren als diese würzig-guten Seitanspieße? Vielleicht eine cremige Erdnuss-Kokos-Soße, die Sabrina und Steffen zu ihrem veganen Grillgut servieren. Sojasoßen- und Seitan-Liebhaber, ihr könnt euch jetzt schon freuen! [Zum Rezept](#)



[Vegane Seitanspieße mit Erdnuss-Kokos-Soße](#) © Sabrina Kiefer & Steffen Jost | Feed me up before you go-go

Aprikosenketchup

Das Coole am selbstgemachten Ketchup ist: Einmal zubereitet, hält er sich in einem luftdicht verschlossenen Behälter bis zu mehrere Wochen. Christine tischt bei ihren Grillpartys richtig auf und serviert einen süßlich-würzigen Aprikosenketchup, der das Grillgut richtig aufpeppt. [Zum Rezept](#)



[Aprikosenketchup](#) © Christine Garcia Urbina | trickytine

Dreierlei Dips

Beim veganen Grillen gibt es eine besondere Regel, die niemand missachten sollte: Das Brot und die Cracker sind zum Dippen da! Ines vertritt genau dieselbe Meinung. Was sie zum Barbecue mitbringt? Herrliches Baba Ghanoush, einen fruchtig-scharfen Tomaten-Ajvar-Dip und einen cremigen Weiße-Bohnen-Dip. [Zum Rezept](#)



[Dreierlei Dips](#) © Ines Karlin | Münchner Küche

Guacamole wie in Mexiko

Guacamole kannst du kaufen oder einfach selber machen. Wir entscheiden uns lieber für die schnelle Eigenkreation. Mehr als die beliebte Avocado, etwas Limettensaft, Zwiebel, Knobli, scharfe Jalapeño und Koriander brauchen wir nicht, um das vegane Grillen zum Genuss zu machen. [Zum Rezept](#)



[Guacamole wie in Mexiko](#) © Corinna Frei | Schüsselglück

Vegan grillen: 12 leckere Rezeptideen für's Barbecue

Tofu-Spieße, Naan und Joghurt-Dip

Na na na ... Naan-Brot! Brotlos glücklich? Das ist unmöglich! Wenn wir vegan grillen, dann sorgen wir auch dafür, dass es etwas Schmackhaftes gibt. Michaelas marinierte Tofu-Spieße mit knusprigem Naan und erfrischendem Joghurt-Dip kommen uns da ganz gelegen. Schnell gemacht mit herausragendem Geschmack: So muss es sein! [Zum Rezept](#)



[Tofu-Spieße, Naan und Joghurt-Dip](#) © Michaela Harfst | Transglobal Pan Party

Selbstgemachter Krautsalat

Ein richtig guter Krautsalat gehört zum Pflichtprogramm eines jeden Barbecues – auch zum veganen Grillen. Damit euer Salätchen schön süß-sauer wird, sollte das Dressing ausschließlich aus Essig, Öl und etwas Salz und Zucker bestehen. Ein echter Garant für guten Coleslaw! [Zum Rezept](#)



[Selbstgemachter Krautsalat](#)