



## Kinder vor Feuer und Glut schützen!

Kinder stehen gerne nahe am Grill. Dabei können sie schwerste Verbrennungen davontragen. Es folgt eine langwierige, schmerzreiche Krankenhausbehandlung. Oft leiden sie ihr ganzes Leben lang an trockener, kälteempfindlicher Haut mit Juckreiz und Spannungsgefühl und an entstellenden Narben.

### Deshalb:

- ▶ Lassen Sie Kinder nie unbeaufsichtigt in der Nähe des Grills und halten Sie sie mindestens zwei bis drei Meter vom Grillfeuer fern, am besten mit einer Barriere, zum Beispiel einem Seil. Erklären Sie den Kindern, warum der heiße Grill gefährlich ist.
- ▶ Lassen Sie glühende Holzkohle immer vollständig im Grillgerät und nie auf dem Rasen oder auf Beeten ausglühen und auskühlen. Kinder ziehen sich immer wieder schwerste Verbrennungen zu, weil sie in die Glut greifen oder hineintreten. Löschen Sie die Restglut mit Sand und leeren Sie diese auf keinen Fall in den Abfalleimer oder die Mülltonne. Ein Schwelbrand wäre die Folge!

### Soforthilfe bei Verbrennungen

- ▶ Halten Sie das verbrannte Körperteil sofort minutenlang unter fließend kaltes Wasser.
- ▶ Reißen Sie mit der Haut verklebte Kleidung nicht ab.
- ▶ Tragen Sie keinen Puder und keine Salben auf und verwenden Sie keine „Hausmittel“, sondern decken Sie die verbrannte Stelle mit einem sauberen Tuch ab.
- ▶ Suchen Sie bei Verbrennungen sofort den Arzt auf oder rufen Sie den Notarzt.

## Die hohe Kunst des Grillens

Schichten Sie die Holzkohle pyramidenförmig in der Mitte des Grillgeräts auf, legen Sie einige feste Grillanzünder zwischen die Kohlen und zünden Sie die Grillanzünder mit extra langen Streichhölzern an.

Mit Haushaltsstreichhölzern oder Feuerzeug können Sie sich leicht die Finger verbrennen.

Der Blasebalg ist die sicherste Methode, das Durchglühen der Kohle durch Luftzufuhr zu beschleunigen. Pusten oder der leider häufig praktizierte Einsatz eines elektrischen Föns sind gefährlich, da es zu Funkenüberschlag kommen kann. Ungeeignet sind auch Papier- oder kleine Holzreste. Sie sorgen nur für ein Strohfederfeuer.

Wenn die Kohle gut brennt, ziehen Sie die Pyramide vorsichtig mit der Grillschaufel zu einem gleichmäßigen Glutbett auseinander. Legen Sie das Grillgut erst auf, wenn die Holzkohle gut durchgeglüht, also von einer weißlichen Ascheschicht überzogen ist. Das Durchglühen der Kohle dauert mindestens 30 Minuten. Wird das Grillgut zu früh aufgelegt, verbrennt es im offenen Feuer, es entsteht PAK-haltiger Rauch. Beginnen Sie daher das Anheizen rechtzeitig und nicht erst, wenn alle hungrig um den Tisch versammelt sind. Sollten Sie doch etwas zu spät dran sein, lassen Sie sich von hungrigen Gästen nicht zu gefährlichen Experimenten verführen: Sie können die Wartezeit gut verkürzen mit kalorienarmen Happen, zum Beispiel Knoblauchbrot, Gurkentaler oder Radieschen.

Vor Verbrennungen durch spritzendes Fett schützen Sie sich mit einer Grillschürze, langen Grillhandschuhen und langstieligem Grillbesteck. Zum sauberen Nachlegen von Holzkohle dient die Grillschaufel oder -zange.



## Gesund genießen – das Grillgut

Geräucherte Lebensmittel gehören nicht auf den Grill, ebenso wenig Gepökeltetes, denn beim Grillen von nitritpökelsalzhaltigen Lebensmitteln entstehen krebs-erzeugende Nitrosamine. Verwenden Sie möglichst nur fettarmes Grillgut und legen Sie es abgetupft auf den Grill. Tupfen Sie auch ölhaltige Marinaden vor dem Grillen vom Grillgut ab. Salzen Sie erst nach dem Grillen, sonst verliert das Grillgut seinen Saft.

## Leckerer vom Rost

### Gemüsespieße

Zutaten für vier Personen:

- 1 rote Paprikaschote
- 1 Zucchini
- 100 g frische Champignons
- 2 kleine Maiskolben aus der Dose
- 2 Zwiebeln
- 4 EL Öl
- 1 TL italienische Kräuter (tiefgekühlt)

Zubereitung:

Gemüse putzen und waschen. Zucchini in Scheiben, Paprika in Stücke schneiden, Zwiebeln halbieren. Mais abtropfen lassen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Gemüsesorten abwechselnd auf vier Spieße stecken, mit etwa Öl einpinseln und auf dem heißen Grill garen. Restliches Öl mit Kräutern verrühren und damit die Spieße immer wieder einstreichen.

## Feuer und Flamme für sicheres Grillen



Herausgeber/© 2003: DSH, Hamburg in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit, Ernährung und Verbraucherschutz, München. Text: Dipl.-oec. troph. Alexandra Nawroth. Fotos: DSH, Oelkers Market in GmbH, Bodendörfer & Kellow. Layout: Bodendörfer & Kellow



Aktion  
**DAS SICHERE HAUS**  
Deutsches Kuratorium für Sicherheit  
in Heim und Freizeit e.V. (DSH)





## Die richtige Technik – Grillgeräte

Sicheres Grillen beginnt mit dem Grillgerät. Kaufen Sie nur Grills, die sicherheitstechnisch nach **DIN geprüft** sind, zu erkennen am **GS-Zeichen oder DIN-CERTCO-Zeichen**, das am Gerät angebracht ist. Diese Grillgeräte stehen kippstabil, sind frei von scharfen Kanten und spitzen Ecken. Auch wird der Griff des Grillspießes nicht zu heiß.

Gas- oder Elektrogrillgeräte bieten einige Vorteile: Das Anheizen und Bedienen ist einfacher und weniger gefährlich als beim Holzkohlegrill. Die Geräte sind sofort grillbereit, feste Reststoffe wie Asche fallen nicht an. Zudem liegt die Hitzequelle oben oder seitlich vom Grillgut, so dass, anders als bei einem Holzkohlegrill, das Fett nicht in die Glut tropft und kein gesundheitsschädlicher Rauch entsteht.

Legen Sie Wert auf den typischen Holzkohle-Grillgeschmack, dann ist ein Vertikal-Holzkohlegrill mit seitlicher Feuerstelle zu empfehlen, bei dem sich die Holzkohle in einer senkrecht stehenden Glutbox befindet und das Grillgut seitlich daneben in Grillkörben vor der Glut hängt. Dieses so genannte indirekte Grillen ist rauchfrei, sicherer und gesünder als das Grillen auf herkömmlichen Holzkohlegrills: Die Kohle verglüht in der senkrecht stehenden Glutbox gleichmäßig unter optimaler Luftzufuhr mit konstanter Hitze. Außerdem tropft das Fett nicht in die Glut, sondern in eine Auffangschale und verbrennt nicht zu gesundheitsschädlichem Rauch.

Bei herkömmlichen Grills liegt das Grillgut auf dem waagerechten Grillrost direkt über der glühenden Holzkohle: Fleischsaft, Fett oder Marinade tropfen in

die Glut und verbrennen dort zu bläulichem, krebserzeugendem PAK-haltigem Rauch. PAK steht für Polyzyklische Aromatische Kohlenwasserstoffe, etwa das Benzopyren. Der aufsteigende Rauch schlägt sich auf dem Grillgut nieder, wird mitverzehrt oder eingeatmet. Vermeiden können Sie dies bei herkömmlichen Grillgeräten nur, indem Sie das Grillgut in Schalen auf dem Rost grillen. Emaillierte, spülmaschinenfeste Grillschalen sind dabei umweltfreundlicher als Einweg-Aluminiumschalen. Idealerweise sollte der Rost des Holzkohlegrills höhenverstellbar sein, damit Sie die Hitzezufuhr regulieren können. Praktisch ist ein einseitig angebrachter Windschutz: Die Glut brennt ruhiger, die Asche wird nicht hochgewirbelt.

## Die Hitze halten – Brennmaterial

Für den Holzkohlegrill eignen sich nur Holzkohle und Holzkohlebriketts, -kissen oder -blocks. Lassen Sie Brennmaterial nicht längere Zeit im Freien stehen. Holzkohle zieht Feuchtigkeit an und ist dann schwer entflammbar. Völlig ungeeignet sind Kiefernzapfen, Altholz und Verpackungen: Beim Verbrennen entstehen giftige Gase, die sich auf dem Grillgut niederschlagen.

## Das Feuer entfachen – Grillanzünder

**Verwenden Sie beim Anzünden niemals Brennspritus, Benzin, Terpentin oder Petroleum! Diese Stoffe verderben den Geschmack und sind sehr gefährlich, da entstehende Stichflammen zu schwersten Brandverletzungen führen können.** Verdunsten diese Brennstoffe, entsteht ein hochexplosives, brennbares Gas-Luft-Gemisch in Form einer Glocke mit bis zu drei Metern Durchmesser. Beim Anzünden der Grillkohle kann es zu einer Verpuffung kommen, die schwere Verbrennungen

verursachen kann. Wird in die Glut oder das Feuer nachgegossen, kann durch den Flammenrückschlag der Brennstoffbehälter aus der Hand gerissen werden: ein verheerendes Flammeninferno! Gefährlich sind auch gelartige Grillanzündhilfen auf Alkoholbasis: Bei Hitze verflüssigt sich die Grillpaste auf der heißen Kohle. Es entsteht ein entzündliches, explosives Gemisch, das zu schwersten Brandverletzungen führen kann. Statt dieser hochexplosiven Grillanzünder gibt es im Fachhandel feste Anzündhilfen, deren Güte Sie am **Prüf- und Überwachungszeichen DIN 66358** und einer Registriernummer der **DIN CERTCO** erkennen. Diese gut zündenden Anzünder verpuffen und explodieren nicht und hinterlassen keine Geschmackspuren. Die Hersteller dieser Grillanzündhilfen sind zur laufenden Qualitätskontrolle verpflichtet. Lassen Sie sich nicht irritieren durch nicht genehmigte Bezeichnungen wie „Für Camping geeignet“. Sie bieten keine Sicherheit. Generell kritisch zu betrachten sind flüssige Zündhilfen, auch wenn sie nicht explosiv sind. Sie können verlaufen oder tropfen und dadurch auch dort zünden, wo sie es nicht sollen. Schütten Sie Anzündflüssigkeit nie direkt aus der Flasche in die Glut – Explosionsgefahr! Beachten Sie stets die Gebrauchsanweisung auf der Packung, denn falsch angewendet, bergen Grillanzünder eine große Unfallgefahr.

### DIN-CERTCO-Zeichen: beim Kauf auf „Nummer sicher“

- ▶ Sicherheitstechnisch geprüfte Grillgeräte tragen das GS-Zeichen oder das DIN-CERTCO-Zeichen mit Registriernummer.
- ▶ DIN 51749 mit Registriernummer steht für sichere Grillholzkohle.
- ▶ Sicherheitsgeprüfte Grillanzünder tragen das Prüf- und Überwachungszeichen DIN 66358 mit Registriernummer.

## Der richtige Grillplatz

Stellen Sie Ihr Grillgerät standsicher auf einen ebenen, nicht entflammaren Untergrund – auf Rasen, Steinplatten oder Pflastersteine. Der Grillplatz sollte windgeschützt sein, damit keine Asche herumfliegt. Brenn- bare Gegenstände gehören nicht in Grillnähe. Stellen Sie einen Eimer Wasser neben den Grill, um Stichflammen oder verwehte glühende Holzkohle sofort löschen zu können. Wechseln Sie den Standort Ihres Grills nur dann, wenn er schon abgekühlt ist. Nur ein kalter Grill lässt sich gefahrlos tragen. Grillen Sie nicht unter dem Sonnen- bzw. Regenschirm und nie in geschlossenen Räumen: es besteht Lebensgefahr durch eine Kohlenmonoxidvergiftung. Grillen ist reines Freiluftvergnügen!

Nach der Rechtsprechung ist Grillen im Garten, auf Terrasse oder Balkon grundsätzlich erlaubt. Nachbarn, die sich gestört fühlen, können aber auf Unterlassungsklagen. Das Hamburger Amtsgericht urteilte: „Wer in einem Mietshaus wohnt, darf auf seinem Balkon keine Grillparty veranstalten, wenn sich die Nachbarn durch Rauch und Geruch belästigt fühlen.“ Und das Amtsgericht Bonn: „Von April bis September dürfen Mieter in Mehrfamilienhäusern einmal im Monat auf ihrem Balkon grillen, jedoch nicht über offenem Holzkohlefeuer und auch nicht spontan: Nachbarn, die dadurch belästigt werden könnten, müssen 48 Stunden vorher informiert werden.“

In freier Natur ist das Grillen nur auf öffentlichen Grillplätzen gestattet. Diese können Sie bei Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung erfragen.

