

Grillrezepte

Gegrillter Lachs Mit Salsa Fresca

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Chili, Fisch, Grillen

2	große Fleischtomaten, entkernt			Saft von 3-4 Limonen
1/2	große Gemüsezwiebel, geschält und			Salz
	- klein gehackt			Schwarzer Pfeffer, frisch
1/4	Habanero- oder Jalapeño			- gemahlen
	- Chili, entkernt, sehr	650 g		Lachsfilet mit Haut
	- fein gehackt	2	Essl.	Neutrales Öl
1/2 cup	Koriandergrün, gehackt			

1. Grill aufheizen, Rost 10 cm von den Kohlen entfernt.

2. Tomaten hacken und mit Zwiebeln, Chili, Koriandergrün, Limonensaft und Salz vermengen.

3. Fisch mit Salz und Pfeffer einreiben und mit Öl bestreichen. Fisch mit der Haut nach unten auf den Grill legen. 4-5 Minuten grillen. Dann einmal umdrehen (es macht nichts, wenn die Haut kleben bleibt), 3 weitere Minuten grillen lassen (Medium).

Alternativ in der Pfanne:

1 Minute mit der Haut nach unten braten. Pfanne in den Ofen schieben und 10 Minuten garen lassen. 1 Minute ruhen lassen, dann die Haut abziehen, umdrehen und servieren, Salsa dazu servieren.

