

Grillrezepte

Grillmarinade Rezept 6

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Grillen, Marinade, Geflügel, BBQ, Gewürze, Fisch, Fleisch,

GOLDBARSCH

- | | | |
|-----|--|---------------------|
| 4 | Goldbarschfilets;
- ohne Gräten, a 160g | - Pfefferkörner |
| 1 | Teel. Petersilie; gehackt | 1 Teel. Dijonsenf |
| 1 | Teel. Basilikum; gehackt | 1 Zitrone; den Saft |
| 1/2 | Teel. Zerdrückte grüne | 4 Essl. Olivenöl |

LAMMSPIESSE

- | | | |
|-------|---|------------------------------|
| 600 g | Lammkeulenfleisch;
- Schale und Nuss | 1 Essl. Gehackte Pinienkerne |
| 3 | Paprika; rot, grün
- gelb | 1 Zitrone; Saft u. Schale |
| 2 | Essl. Schwarze Oliven;
- entkernt, feingehackt | 1/2 Teel. Gehackter Rosmarin |
| | | 2 Zweige Zitronenthymian |
| | | 4 Essl. Olivenöl |

HÜHNERFLÜGEL

- | | | |
|-------|-------------------------|---------------------|
| 20 | Hühnerflügel | 40 ml Sherry |
| 80 ml | Sojasauce | 2 Zehen Knoblauch |
| 1 | Teel. Geriebener Ingwer | 1 Zitrone; den Saft |
| 1 | Essl. Sesam | 4 Essl. Pflanzenöl |
| 1 | Essl. Honig | |
-

Goldbarsch: in Kräutermarinade Petersilie, Basilikum, Pfefferkörner, Dijonsenf, Zitronensaft und Olivenöl miteinander verrühren. Fischfilets in kleine Portionsstücke schneiden, mit der Marinade einreiben. Mindestens 2 Std. lang zugedeckt im Kühlschrank durchziehen lassen.

Lammspieße: in Olivenöl-Zitronenmarinade Paprika waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen. Paprikafleisch in ca 2 cm große Quadrate schneiden. Das Fleisch in gleich große Würfel schneiden und abwechselnd mit dem Paprika auf Holzspieße stecken. Oliven, Pinienkerne, Zitronensaft und -schale, Rosmarin und Zitronenthymian mit dem Olivenöl verrühren. Lammspieße im Kühlschrank 3-4 Std. durchmarinieren.

Gegrillte Hähnchenflügel: Sämtliche Aromaten mit dem Pflanzenöl verrühren und die Hühnerflügel damit marinieren. Für 2-3 Std im Kühlschrank durchziehen lassen.