

Grillrezepte

Gegrillte Forelle Süß - Sauer

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fisch, Forelle, Grillen, Asiatisch,

4 Forellenfilets; +/-
Erdnussöl

Süsse Sojasauce

MARINADE

170 ml Dose Kokosmilch

1 Essl. Helle Sojasauce

2 Essl. Reisessig; oder Limesaft

1 Essl. Fischsauce

Die Zutaten der Marinade verrühren. In eine flache Platte gießen.

Forellenfilets nebeneinander mit der Haut nach oben hineinlegen.

Eine Stunde oder über Nacht zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen.

Die Grillpfanne leicht ölen und heiß werden lassen.

Fischfilets abtropfen, würzen.

Auf jeder Seite dreißig bis 40 Sekunden anbraten, herausnehmen und zugedeckt kurz ziehen lassen.

Inzwischen: Marinade einkochen, mit der süßen Sojasauce abschmecken.

Zum Fisch servieren. Tipp: Dazu passt Kroepoek.