

Grillrezepte

Gegrillte Forelle - Grundrezept

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fisch, BBQ, Grillen, Anfänger,

4	Forellen; küchenfertig	3	Essl. Öl
2	Unbehandelte Zitronen	2	Knoblauchzehen
1/2	geh. TL Salz	1/2	Bund Petersilie
2	Msp. Pfeffer		

Die Forellen abspülen und innen und außen trockentupfen. Die Hälfte der Zitronen auspressen, den Saft mit Salz und Pfeffer verrühren. Das Öl unterrühren. Die Forellen mit der Marinade außen und innen einreiben.

Die Knoblauchzehen abziehen und in Stifte schneiden. Restliche Zitrone der Länge nach halbieren, die Hälften jeweils in vier Teile schneiden. Die Petersilie abspülen, trockenschütteln und mit den Knoblauchstiften und je einem Stück Zitrone in die Bauchhöhlen der Fische füllen; marinieren lassen, während etwa eine halbe Stunde.

Die Forellen etwa 15 Minuten grillen, dabei öfters wenden. Mit den restlichen Zitronenschnitzen und einer Sauce oder Butter nach Wahl servieren.

Tipp: Es ist von Vorteil spezielle Grillkörbe für Fische zu verwenden, darin lassen sich die Fische beim Grillen besonders gut wenden und fallen nicht auseinander.