

Grillrezepte

Gegrillte Forelle An Tamarindensoße Süß Sauer

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fisch, Soße, Grillen, Thailand,

FISCH

4 große Forellen (Orig: kleine
- Fische, z. B.
- Meerbrassen oder kleine
- Rotbarsche (a ca. 500g),
- gesäubert, ohne Finnen,
- aber mit Kopf und
- Schwanzflosse)

5 Essl. Asiatische Fischsauce
5 Essl. Frisch gepreßter
- Zitronensaft
1 Zitrone, in dünne Scheiben
- geschnitten
1 Teel. Frisch gemahlener schwarzer
- Pfeffer

SÜSS-SAURE TAMARINDENSAUCE

150 g Brauner Zucker (Orig: 3/4
- Tasse Palmzucker oder
- etwas mehr heller
- Rohrzucker)

160 ml Tamarindenwasserm (s.
- Rezept)
80 ml Asiatische Fischsauce

ABRUNDEN DER SAUCE

250 ml Erdnußöl
3 Schalotten, hauchdünn
- geschnitten
6 Knoblauchzehen, hauchdünn
- geschnitten

4 Serranos (Orig: Jalapeno-
- oder Serrano-Chillies),
- dünn geschnitten
2 Essl. Frisch gepreßter
- Zitronensaft

Direktes Grillen Vorbereitungszeit: 30 Minuten zum Marinieren

1. Den Fisch von innen und außen unter Fließendem kaltem Wasser waschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Jeweils auf beiden Seiten 3-4mal quer bis zu den Gräten einschneiden. Fische nebeneinander in eine Auflaufform oder Pfanne legen. Fischsauce und Zitronensaft in einer kleinen Schüssel verquirlen und über den Fisch gießen. Die Fische ein- oder zweimal wenden, bis sie ganz überzogen sind, Zitronenscheiben darauf geben und pfeffern. Abgedeckt im Kühlschrank 30 Minuten marinieren.

2. Den Grill auf starke bis mittlere Hitze anheizen*.

3. Für die Sauce Zucker, Tamarindenwasser und Fischsauce in einen Saucentopf geben und bei mittlerer Hitze unter Rühren aufkochen. Bei schwacher Hitze 5-10 Min. unter gelegentlichem Rühren leise köcheln lassen, bis die Sauce eindickt.

4. In der Zwischenzeit das Öl in einer kleinen, schweren Pfanne auf mittlerer Stufe auf 180°C erhitzen. Schalotten zugeben und 1-2 Min. knusprig braten. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Knoblauchscheiben ins heiße Öl geben und 1-2 Min. knusprig braten. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Chilischeiben ins heiße Öl geben und ebenfalls 1-2 Min. knusprig braten. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

5. Den Topf mit der Zuckermischung vom Herd nehmen, Zitronensaft und die Hälfte der gebratenen Schalotten, Knoblauch und Chilischeiben einrühren. Den Rest zum Garnieren beiseite stellen. Die Sauce abgedeckt warm halten.

6. Unmittelbar vor dem Grillen den Fisch aus der Marinade heben und mit Küchenpapier trockentupfen. Von beiden Seiten mit dem aufbewahrten Bratöl bestreichen. Einen eingehängten

Fischrost verwenden oder die Fische direkt auf den gut geölten, heißen Rost legen. 6-10 Min. grillen, bis die Haut gebräunt und knusprig und das Fleisch bis zu den Gräten gar ist. Jeden Fisch mit einem Grillwender vorsichtig wenden und nochmals 6-10 Min. grillen, bis sich das Fleisch mit der Gabel leicht zerteilen lässt.

7. Die Fische mit dem Grillwender vorsichtig auf eine Platte heben und, falls gewünscht, filetieren. Die Hälfte der Sauce über die Fische geben und die restlichen Schalotten, Knoblauchscheiben und Chillies darüber streuen. Sofort servieren und die restliche Sauce dazu reichen.

Diese süß-saure Tamarindensauce ergänzt das rauchige Aroma des gegrillten Fisches hervorragend. Gut geeignet sind kleine Fische wie Meerbrasse oder Rotbarsch, man kann aber auch Steaks von Schwert oder Thunfisch nehmen. Reichen Sie dazu balinesischen Gurkensalat und Jasminreis.

Anmerkung: Wir haben große Forellen verwendet und den Grill auf mittlere Hitze gebracht (Grillkamin etwa 2/3 mit Briketts gefüllt). 2 Forellen in Grillkörben für Fische gemacht, 2 direkt auf dem Grill. Körbe auch einfetten, sonst klebt die Haut fest. Fisch lässt sich aber problemlos auch auf dem Rost direkt machen. Sehr gut, saftig, leckere Sauce. Dazu Reis und Salat.

www.rezepte25.de