

Grillrezepte

Gegrillte Lachsforelle Auf Fenchelsalat

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: BBQ, Fisch, Grillen, Gesund, Kalorienarm,

1	Lachsforelle	- geschnitten
1	Zitrone, unbehandelt	1 Essl. (-2) Forellenkaviar
1	große Fenchelknolle	Salz, Pfeffer
1/4 Bund	Dill, fein gehackt	Zucker
1	Tomate	Olivenöl
1/2 Bund	Schnittlauch, fein	Alufolie

Die Forelle filetieren und entgräten. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen. Von der Zitrone zwei dünne Scheiben abschneiden. Auch den Fenchel der Länge nach in sehr dünne Scheiben schneiden. Das Fenchelgrün fein hacken.

Auf die Forellenfilets Zitronenscheiben und 2-3 Scheiben Fenchel legen, 1 EL Fenchelgrün, 1 EL Dill und 1 EL Olivenöl darauf geben und die Filets zusammenklappen, in geölte Alufolie einpacken und auf dem Grill garen.

Restlichen Fenchel mit etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Zucker und Olivenöl mischen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Tomate in Scheiben schneiden und mit Schnittlauch und Forellenkaviar unter den Fenchel geben.

Den Salat zur gegrillten Forelle servieren.