

Gemischte Fische vom Grill

Pesce alla griglia



Zutaten:

Scheiben vom Schellfisch

Scheiben vom Kabeljau

Scheiben vom Seeteufel (mit Mittelgräte)

Lachskotelett oder Lachsstück mit Haut

Riesengarnelen

kleine Tintenfische

neutrales Öl oder Olivenöl

Knoblauchzehen (optional)

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Mehl

Aioli und/oder Remoulade

Besondere Hilfsmittel:

Elektrogrill, ersatzweise Grillpfanne

1. Fische waschen, trocknen, salzen, pfeffern. Mit neutralem Öl oder Knoblauchöl einreiben und mit Mehl bestäuben. Überschüssiges Mehl abklopfen.

2. Grill vorheizen, vorher aber den Grillrost einölen.

3. Die Fische brauchen je nach Größe unterschiedlich lange. Jeweils nur einmal umdrehen.

4. Anhaltspunkte für die Grillzeit auf jeder Seite:

Riesengarnelen 5 min

Kleine Tintenfische 7 min

Lachs 8 min

Seeteufel 9 min

Schellfisch, Kabeljau 10 min

5. Zu den Fischen eine leichte Aioli-Sauce (Knoblauchmayonnaise) und/oder Remoulade reichen, außerdem noch Grilltomaten und Baguette.

Hinweise:

Eventuell auch noch Gemüse grillen, wie z.B. Kirschtomaten, Zucchini, Pilze, halbierte Karotten etc.

Wenn man keinen Elektrogrill hat, kann man sich mit einer Grillpfanne behelfen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min (abhängig von der Menge), Hauptspeisen, Fisch, italienisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 09.01.2023