

Riesengarnelen und Tintenfischfilets auf dem Elektrogrill



Zutaten für 4 Personen:

4 Riesengarnelen (tiefgefroren)

4 Tintenfischfilets (tiefgefroren)

Remoulade oder Mayonnaise

Zitronen

Olivenöl

Salz

Knoblauch

Für die Marinade:

Salz

Saft von 3 Zitronen

9 EL Olivenöl

1-2 Knoblauchzehen

1. Riesengarnelen und Tintenfischfilets in einer geeigneten Form auftauen lassen.

2. Nach dem Auftauen gründlich waschen. Die Riesengarnelen entlang des Rückens einschneiden und jeweils den Darm entfernen. Sorgfältig waschen und trocknen. Die Tintenfischfilets längs in zwei Hälften teilen.

3. Marinade zubereiten und die Riesengarnelen und Tintenfischfilets im Kühlschrank mindestens 5 Stunden marinieren.

4. Elektrogrill mit Olivenöl einreiben und mindestens 15 Minuten aufheizen. Alternativ dazu eine Grillpfanne verwenden.

5. Die Grillzeit für die Tintenfische ist 2-3 Minuten auf jeder Seite. Die Riesengarnelen brauchen 3-4 Minuten auf jeder Seite, je nach Größe.

Die Grillzeit hängt selbstverständlich auch vom Fabrikat des Elektrogrills ab.

6. Bei Tisch Remoulade, Mayonnaise oder mit Zitronensaft, Salz und Knoblauch gewürztes Olivenöl als Dip bereitstellen.

Hinweise:

Schöne Vorspeise oder schönes Zwischengericht für Terrassenfeste.

Als Mengen für Vorspeise oder als Zwischengericht eine Riesengarnele und ein bis zwei Tintenfischfilets pro Person rechnen. Als Hauptgericht mit Beilagen Menge verdoppeln.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 500 min, Vorspeisen, Zwischengerichte, Meeresfrüchte, Krustentiere, italienisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 12.01.2023