

FORELLE IN *Weinblättern* GEGRILLT



Lassen Sie sich die Forellen vom Fischhändler gleich vorbereiten. Falls das nicht möglich ist, können Sie es auch leicht selbst machen. Dazu mit einem scharfen Messer den Fisch am Bauch aufschlitzen und so die Bauchhöhle öffnen. Sie können ihn mit verschiedenen Gemüse- und Obstsorten füllen.

4 Forellen, im Ganzen
16 Weinblätter in Salzlake
500 g gekochter Wildreis
90 g Trauben, grob gehackt, sowie 2 ganze Weintrauben (komplette Rispen) zum Grillen
1 kleines Bund Dill, gehackt
60 ml Olivenöl sowie extra zum Beträufeln
60 ml frisch gepresster Zitronensaft
Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
Öl zum Bepinseln des Rosts
Zitronenspalten zum Servieren
Küchengarn

4 PORTIONEN

Die Fische unter kaltem Wasser abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen.

Vier Weinblätter auf einer Arbeitsfläche dicht an dicht aneinanderlegen, eine Forelle daraufbetten. Mit den restlichen Fischen ebenso verfahren.

In einer Schüssel den gekochten Reis mit den gehackten Trauben, dem Dill, dem Öl und dem Zitronensaft vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Jede Forelle mit einem Viertel der Reismischung füllen.

Die Weinblätter um die Forellen schlagen und mit Küchengarn fest zusammenbinden. Mit etwas Öl beträufeln, salzen und pfeffern.

Den Grill auf mittlerer Stufe erhitzen. Den Rost mit Öl bepinseln.

Die ganzen Trauben (Rispen) auf den Grill legen und braten, bis die Früchte anfangen aufzuplatzen und zu karamellisieren. Auf einer Platte beiseitestellen.

Die Forellen 5 Minuten grillen, dann wenden. Anschließend die Hitze reduzieren oder die Fische an eine kühlere Stelle des Grills schieben. Weitere 5–8 Minuten grillen, bis das Fleisch weiß und fest ist.

Die Forellen vom Grill nehmen und das Garn entfernen. Mit Zitronenspalten und den karamellisierten Trauben servieren.

WOLFSBARSCH

in der Salzkruste

Wolfsbarsch schmeckt köstlich intensiv und eignet sich perfekt, um ihn in der Salzkruste zu grillen. Im Prinzip kann man aber jeden Fisch in der Salzkruste zubereiten und mit verschiedenen Kräutern und Gewürzen füllen. In diesem Rezept verwende ich Zitronen und Zitronenblätter, was einen leichten, sommerlichen Geschmack gibt. Dazu passen ein einfacher grüner Salat und ein gekühlter Weißwein.

2 Wolfsbarsche, im Ganzen
2 Zitronen, in feine Scheiben geschnitten
12 Zitronenblätter (optional)
2 EL Rosmarin, frisch gehackt
120 ml Weißwein
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
2 kg grobes Meersalz

2-4 PORTIONEN

Den Grill auf mittlerer Stufe erhitzen.

Die Fische unter kaltem Wasser abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen. Die Zitronen und Zitronenblätter – falls sie verwendet werden – aufteilen und die Bauchhöhlen der beiden Fische damit füllen. Mit dem Rosmarin bestreuen, mit Weißwein beträufeln und pfeffern.

Das Salz in eine große Schüssel geben und so viel Wasser hineinträufeln, dass es die Konsistenz von nassem Sand hat, etwa 625 ml.

Die Hälfte der Salzmischung auf ein Backblech streichen und die Fische darauflegen. Die Fische mit der anderen Hälfte des Salzes bedecken und fest darin einhüllen. Dabei sicherstellen, dass keine Löcher bleiben, durch die Dampf entweichen könnte.

Das Backblech auf den Grill stellen und den Deckel schließen. 40 Minuten backen, dann den Fisch vom Grill nehmen und 5 Minuten ruhen lassen.

Mit der Rückseite eines großen Messers die Salzkruste öffnen. Das Salz entfernen und den Fisch servieren.





Pikanter LACHS vom Grill

Lachskragen ist weniger bekannt und wurde früher weggeworfen oder als Fischköder verwendet. Wahrscheinlich haben Sie so etwas schon mal bei Ihrem Japaner gegessen. Inzwischen findet man diese Teile des Lachses auf der Speisekarte von vielen Restaurants, weil Köche immer häufiger erkennen, wie wunderbar und köstlich sie schmecken. Fragen Sie bei Ihrem Fischhändler danach. Die Marinade passt außerdem gut zu Lachsbauch.

**4 Lachskragen, insgesamt
etwa 900 g**
3 EL Sambal Oelek
**2 EL Sesamöl sowie extra zum
Abschmecken**
60 ml Reiswein
**1 EL Sojasauce sowie extra
zum Abschmecken**
2 EL frisch geriebener Ingwer
**Meersalz und frisch
gemahlener schwarzer
Pfeffer**
Öl zum Bepinseln des Rosts
450 g Shishito-Paprikaschoten
**schwarze Sesamsamen zum
Garnieren (optional)**
**süße Chilisaucе zum Servieren
(optional)**

4–6 PORTIONEN

Die Lachsstücke in eine große Auflaufform aus Keramik geben.

In einer mittelgroßen Schüssel Sambal Oelek, Sesamöl, Reiswein, Sojasauce und Ingwer vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Marinade über den Fisch gießen. Abdecken und 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Den Fisch aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur erwärmen lassen.

Den Grill auf mittlerer Stufe erhitzen. Den Rost mit Öl bepinseln.

Die Shishito-Paprikaschoten in einer Schüssel mit etwas Sesamöl vermengen, so dass sie gerade davon bedeckt sind. Die Schoten auf den Grill legen und 5 Minuten grillen, dabei einmal wenden, bis sie geschwärzt und weich sind. Mit etwas Sojasauce beträufeln.

Den Lachs aus der Marinade nehmen und mit der Hautseite nach unten auf den Grill legen. 5 Minuten grillen, dann wenden und die Hitze reduzieren oder die Fischstücke an eine etwas kühlere Stelle des Grills schieben. Weitere 10 Minuten grillen, bis sie knusprig und gerade durch sind.

Vom Grill nehmen und auf der Platte mit den Shishito-Paprikaschoten anrichten. Mit Meersalz und nach Geschmack mit Sesamsamen bestreuen. Eventuell süße Chilisaucе dazu servieren.