

Rezept

Fenchel-Lachs mit Senf

Ein Rezept von Fenchel-Lachs mit Senf, am 23.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 1 getrocknete Chilischote | 2 TL grobes Meersalz |
| 4 TL Fenchelsamen | 4 EL Dijon-Senf mit Honig |
| 6 EL 6 EL Walnuss- oder Mandelöl (ersatzweise Olivenöl) | 4 Lachsfilets (je etwa 250 g, mit Haut, möglichst aus dem Mittelstück) |
| Alufolie und Öl zum Grillen | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 710 kcal

Zubereitung

1. Die Chilischote zerbröseln und im Mörser mit dem Salz fein zerreiben. Die Fenchelsamen dazugeben und kurz mitmörsern. Alles mit Senf und Öl zu einer cremigen Sauce verschlagen.

2. Die Haut der Lachsfilets unter dem fließenden Wasserstrahl mit dem Messerrücken schuppen, Filets waschen und trockentupfen. Mit der Sauce bestreichen, abdecken und 30 Min. kühl stellen und ziehen lassen.

3. Den Grillrost mit Alufolie auslegen und einölen. Die Fenchel-Lachsfilets mit der Hautseite nach unten darauf legen und mit etwa 10 cm Abstand zur Glut 10-15 Min. grillen, dabei einmal wenden.