

Rezept

Fische in Weinblättern

Ein Rezept von Fische in Weinblättern, am 10.06.2026

Zutaten

12-16 eingelegte Weinblätter (aus dem Glas)	4 Fische à 300 g (z. B. Rotbarben, Forellen, Makrelen)
100 ml Zitronensaft	100 ml Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer
1/2 TL gemahlener Koriander	Prise Cayennepfeffer
je 4 Zweige Petersilie, Thymian und Rosmarin	4 Bastfäden (Gärtnerei oder Bastelgeschäft)
Öl zum Bestreichen und für den Rost	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 380 kcal

Zubereitung

1. Die Bastfäden in Wasser einweichen. Die Weinblätter abspülen und zum Entsalzen 15 Min. in heißes Wasser legen. Die Fische innen und außen kalt abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen.

2. Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer, Koriander und Cayennepfeffer verquirlen. Die Fische innen und außen mit etwas Zitronensauce bestreichen, innen salzen. Die Kräuterzweige waschen, trockenschütteln und in die Bauchhöhlen stecken.

3. Den Holzkohलगrill anheizen. Die Weinblätter abtropfen lassen. Jeden Fisch in 3-4 Weinblätter wickeln und mit einem Bastfaden zusammenbinden. Die Päckchen außen mit Öl bestreichen.

4. Den Grillrost gut ölen. Die Fische auf dem heißen Rost bei mittlerer Hitze pro Seite 8-10 Min. grillen (oder in der Grillpfanne garen). In den Weinblättern servieren. Die Zitronensauce getrennt dazu reichen.