

Rezept

Gegrillte Lachspieße mit Limette

Ein Rezept von Gegrillte Lachspieße mit Limette, am 09.09.2024

Zutaten

600 g Lachsfilet (ohne Haut)	2 ½ ½ Bio-Limetten
1 EL flüssiger Honig (grob) Meersalz	2 EL Olivenöl Pfeffer
1 Knoblauchzehe (wer mag)	1 TL rote Chili (wer mag)

Zubehör

1 großes Schneidebrett	1 Schneidemesser
1 große Schüssel	1 Esslöffel
1 Grill	4 lange Holzspieße
1 Grillzange	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal, 26 g F, 29 g EW, 4 g KH

Zubereitung

1. Das Lachsfilet kalt abbrausen, trocken tupfen und in ca. 3 cm große Würfel schneiden.

2. Saft der halben Limette in die Schüssel pressen. Honig und Olivenöl dazugeben und alles gut ver-rühren. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Eventuell Knoblauch schälen, die Chili waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Beides fein schneiden und unter die Marinade mischen.

3. Die Lachswürfel ebenfalls in die Schüssel geben und vorsichtig mit der Marinade vermengen. Ab-gedeckt ca. 30 Min. marinieren. Den Grill anheizen.

4. Die restlichen beiden Limetten heiß waschen und in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden. Die Lachswürfel abwechselnd mit den Limettenscheiben auf die Holzspieße stecken.

5. Die Spieße auf den Rost legen und ca. 2 Min. von jeder Seite grillen, bis der Lachs gar ist. Perfekt dazu: Joghurdip mit Kräutern.