Rezept

Gegrillte Saiblinge mit Limetten

Ein Rezept von Gegrillte Saiblinge mit Limetten, am 12.10.2024

Zutaten

4	Saiblinge (je etwa 330 g; gut schmecken auch Forellen, Renken, größere Rot- oder Meerbarben oder kleine Wolfsbarsche)
2	Bio-Limetten
2 TL	Fenchelsamen
	Öl für die Grillkörbe und den Gitterrost
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	gemahlener Koriander
1/2 Bund	Basilikum
4 EL	Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

Zubereitung

1. Den Holzkohlen- oder den Backofengrill anheizen. Letzteren aber erst, wenn die Fische gefüllt sind. Saiblinge waschen und trockentupfen. Die Fische innen und außen mit Salz und Pfeffer bestreuen. Innen auch mit etwas Koriander würzen.

2. Die Limetten heiß waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Basilikumblättchen von den Stängeln zupfen und mit Limettenscheiben und den Fenchelsamen in den Fischbäuchen verteilen.

3. Die Fische mit Olivenöl einpinseln. Die Grillkörbe oder den Gitterrost ebenfalls einölen. Die Fische in die Körbe spannen oder auf den Rost (mit einem Blech drunter) legen. Die Fische über der Glut oder unter den Grillschangen (immer etwa 10 cm Abstand) ungefähr 15 Minuten grillen, bis sie schön knusprig sind. Dabei immer mal umdrehen.