

Rezept

Grillforelle mit Gurkentatar

Ein Rezept von Grillforelle mit Gurkentatar, am 19.04.2024

Zutaten

4 küchenfertige Forellen (je 00 g)	5 Bio-Limetten
8 Zweige Thymian	4 Zweige Rosmarin
1 Knoblauchzehe	½ Bund Kerbel
1 Bund Schnittlauch	100 g zimmerwarme Butter
Salz	Pfeffer
1 Salatgurke	1 kleines Bund Dill
1 Schalotte	3 EL Kapern
1 TL mittelscharfer Senf	1 EL Essig
4 TL Crème fraîche (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 540 kcal

Zubereitung

1. Die ausgenommenen und geschuppten Forellen sorgfältig waschen und gut trocken tupfen. Limetten waschen, 1 Limette halbieren, alle Früchte in dünne Scheiben schneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und in die Bäuche der Forellen stecken, halbierte Limettenscheiben dazugeben und die Bäuche mit Zahnstochern verschließen.
2. Den Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Den Kerbel und den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und ebenfalls hacken, vom Schnittlauch etwa die Hälfte beiseitelegen. Aus Knoblauch, Schnittlauch, Kerbel und der Butter eine Kräuterbutter anrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. In den Kühlschrank stellen.
3. Die Gurke schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Löffel herauskratzen. Die Gurke in kleine Würfel schneiden. Den Dill abbrausen und trocken schütteln, die Spitzen abzupfen, fein hacken und mit dem übrigen Schnittlauch zur Gurke geben. Die Schalotte schälen, fein würfeln und mit den Kapern ebenfalls dazugeben. Das Tatar mit Senf, Essig, Salz und Pfeffer würzen.
4. Einen Grill auf mittlere Hitze (ca. 180°) vorheizen. Vier Fischbräter mit der Hälfte der ganzen Limettenscheiben auslegen, darauf die Forellen platzieren und diese mit den restlichen Limetten belegen. Die Bräter verschließen. Fische und Limetten auf einer Seite mit der Kräuterbutter bestreichen und mit dieser Seite auf den Grill legen. Forellen in ca. 15 Min. gar grillen, dabei immer wieder mal wenden und jeweils erneut buttern. Und: Die Hitze des Grills nach 5 Min. reduzieren, außerdem den Deckel, falls vorhanden, schließen.
5. Die Grillforellen auf großen Tellern oder kleinen Tablettis anrichten und eventuell je 1 TL Crème fraîche daneben setzen. Gurkentatar in Schüsseln verteilen und mit den Fischen servieren.