

Rezept

Würzige Fischspieße

Ein Rezept von Würzige Fischspieße, am 16.02.2025

Zutaten

750 g festfleischiges Fischfilet (z. B. Seelachs, Wels, Catfish)	2 Limetten
1 rote Chilischote	2 Knoblauchzehen
250 g Kirschtomaten	4 EL Sonnenblumenöl
Salz	8 Kapernbeeren (aus dem Glas)
einige Zitronenschnitze zum Garnieren	Pfeffer
Öl zum Bestreichen	8 lange Metallspieße

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal

Zubereitung

1. Das Fischfilet in 3 cm große Würfel schneiden und in eine Schale geben. Die Limetten auspressen und den Saft über die Fischwürfel gießen.
2. Den Knoblauch schälen. Chilischote entstielen und längs aufschlitzen, Samen und helle Trennwände entfernen. Die Schote waschen, in grobe Stücke schneiden und mit dem Knoblauch im Mörser zerdrücken. Mit dem Öl unter die Fischwürfel mischen. Abgedeckt ca. 30 Min. im Kühlschrank marinieren.
3. Dann den Grill anheizen. Die Kirschtomaten waschen. Die Kapernbeeren entstielen und die Beeren längs halbieren. Die Metallspieße ölen. Die Fischwürfel abtropfen lassen, dabei die Marinade auffangen. Abwechselnd Fisch, Kirschtomaten und Kapernbeeren auf die Spieße stecken.
4. Den Grillrost heiß werden lassen, gut ölen. Die Spieße auf den Rost legen und bei mittlerer Hitze rundherum ca. 10 Min. grillen, dabei ab und zu mit der Marinade bestreichen.
5. Die Fischspieße mit Salz und Pfeffer würzen und auf Teller verteilen. Mit den Zitronenschnitzen garnieren und servieren. Dazu am besten Knoblauch-Mayonnaise reichen.