

Forelle vom Grill

Den empfindlichen Fisch besser in einer Grillschale, auf Alufolie oder in einem Grillkörbchen vor der direkten Hitze schützen

Zutaten pro Person:

1 Forelle (à circa 300 g)

2 EL Olivenöl, Salz

1-2 Stängel Petersilie oder Majoran

1 Zitronenspalte

Schnittlauchmayonnaise:

1 EL scharfer Senf, 1 Eigelb, 2 Knoblauchzehen

Salz, Pfeffer, Zitronensaft

1 Bund Schnittlauch

1 grüne Chilischote

circa 100 ml Olivenöl

2-3 EL Brühe

Die Forellen innen und außen mit Olivenöl einreiben, den Fischbauch von innen salzen und den Petersilien- oder

Majoranstängel hineinstopfen. Nach Belieben eine Zitronenspalte hineingeben.

In einem Grillkörbchen, das für Fische bestimmt ist, lassen sich die Forellen bequem wenden

Um die direkte Hitze zu mildern, kann man den Fisch auf ein mit Öl bestrichenes Blatt Alufolie legen. Diese über den Fisch schlagen und das Paket auf den Grillrost legen. Hierbei wird der Fisch eher gedünstet. Oder die Forelle in spezielle – für Fische bestimmte – Grillkörbchen spannen: So lassen sich die Fische bequem wenden.

Ideal ist übrigens ein Schwenkgrill, bei dem man den hängenden Rost in leichte Bewegungen versetzen kann. Die Forellen werden dabei sanft gegart.

Beilage: Zur gegrillten Forelle gibt es eine Schnittlauchmayonnaise, die mit dem Mixstab schnell gemacht ist: Senf, Eigelb, Knoblauch, klein geschnittenen Schnittlauch und entkernte Chilischote in den Mixbecher geben, mit dem Stabmixer aufmischen, dabei langsam das Öl einfließen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Falls die Mayonnaise zu dick erscheint, etwas Brühe hineinmischen. Dazu wird knuspriges Baguette oder Ciabatta gereicht.

Getränk: Zum herzhaften Holzkohlearoma passt ein kräftiger Wein, ein Grauburgunder.