Gegrillte Forelle

An einem Barbecue Abend wird das Rezept für die gegrillte Forelle zu einem kulinarischen Highlight. Die geformten Fischgrillroste erleichtern den Grillvorgang.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

4 Stk.	Forellen
1 Schuss	Zitronensaft
1 Stk.	Knoblauchzehe
4 EL	Petersilie
8 EL	Öl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Vor der Zubereitung der gegrillten Forellen, die Fische mit reichlich Öl bestreichen. Knoblauchzehen abziehen und pressen.

2. Eine Schale mit dem frischen Zitronensaft, Knoblauch und Petersilie sowie mit Öl befüllen und verquirlen. Im Anschluss dazu mit Pfeffer und Salz kräftig abschmecken.

3. Die Fische in diese Marinade legen. Größere Forellen seitlich mehrere Male einschneiden, um gleichmäßig gar zu werden. Darüber hinaus gibt dieses Verfahren den Forellen eine aromatische Würze.

4. Vor dem Grillen den Rost einölen und gründlich anheizen. Forellen benötigen bei intensiver Hitzeeinwirkung 10 Minuten beidseitig, um gar zu werden. Während des Grillens immer wieder der Marinade aufpinseln.

Tipp

Die Garzeit variiert bei der gegrillten Forelle je nach Größe des Fisches und der Hitzeeinwirkung. Die Garprobe wird durch einen Einstich direkt hinter den Kiemen der Forelle vorgenommen.