

Gegrillte Sardinen

Dieses Rezept ist eine Bereicherung für jedes Grillfest: Gegrillte Sardinen haben einen ausgezeichneten Geschmack und sind nicht so teuer wie andere Sorten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,6 h



Zutaten

500 g	Sardinen
1 Prise	Meersalz
3 EL	Öl (zum Bepinseln)

Zubereitung

1. Die **gegrillten Sardinen** bringen etwas Abwechslung auf die Grill-Party. Zu Beginn mit der Vorbereitung des Fisches beginnen. Sardinen waschen und schuppen.
2. Sardinen an den Seiten einschneiden und mit Meersalz versetzen, dann eine Stunde im Kühlschrank ziehen lassen. Die Sardinen nochmals waschen und trocknen, dann mit Öl versetzen und beidseitig für ca. 3 Minuten auf den heißen Rost legen.

Tipp

Einen frischen Gemüsesalat zubereiten und zu den gegrillten Sardinen genießen.