

Fjord Lachs vom Grill



TIP des Küchenchefs: Wenn der Grill im Norden angeschmissen wird, darf auch ein gutes Stück Lachs nicht fehlen. Unser Executive Chef AIDAprima Alexander Massenkeil empfiehlt Ihnen hier sein liebstes Rezept und gibt nützliche Tipps rund um das Grillen des edlen Fisches.



Zutaten Tipps und Tricks vom Küchenchef

Für vier Personen:

4 Fjordlachs Tranchen a´ 180 g
Pfeffer, Salz
1 kl. Bund Fenchel grün
1 kl. Bund Dill
40 ml Raps Öl
Fleur de Sel
Schwarzer Pfeffer in der Mühle
10 g Molte Beeren
Zitrone zum marinieren (Lachs)

100 g Karotte
100 g Zwiebeln
100 g Lauch
100 g Fenchel
100 g Tomate

200 g Kleine ausgesuchte neue Kartoffeln
Backpapier, Metzger Kordel für die Päckchen
Zubereitungszeit : ca. 40 min.
Garzeit auf dem Grill ca. 15 min.

1. Welchen Grill Sie einsetzen, spielt in erster Linie keine Rolle. Das Ergebnis kann sowohl über Holzkohle, auf einem Gasgrill und einem Elektrogrill hervorragend werden. Entscheidend sind zwei Parameter: **Temperatur und Grilldauer**. Vor allem die Temperatur sollten Sie geübt regulieren können – mit welchem Grill auch immer.
2. Fischfleisch ist jedoch besonders zart und droht bei übermäßigem Garen zu zerfallen oder bei zu starker Hitze zu verbrennen.
3. Fisch lässt sich veredeln. Die Basis der meisten Rezepte bilden Öl, Kräuter und Gewürze. Säurehaltige Komponenten wie Zitronensaft und Weißwein können behutsam zugefügt werden. Sie greifen allerdings das Eiweißgerüst beim Garen an, wodurch das Fischfleisch weich wird. Wirkt zu viel Säure auf das Fleisch ein, kann der Fisch zerfallen.

Mein Küchentrick:

1. Fisch vom Grill können Sie blitzschnell mit Zitrone würzen. Dazu einfach Zitronenscheiben auf den Grill legen und dann das gewürzte Fischfilet darauf platzieren. So verleihen Sie dem Fisch während des Grillens ein Zitronenaroma.
2. Nicht nur äußerst schnell und einfach, sondern auch sehr clever ist die Idee, sein Fischgericht in Backpapier zu garen. Gemeinsam mit Gemüse, Kräutern, Gewürzen aller Art haben Sie sofort eine komplette Mahlzeit. Der Fisch bleibt besonders saftig, die Zusammenstellungen sind vielseitig und im Sommer hat man seine Päckchen im Nu auf dem Grill zubereitet. Eine lecker-leichte Alternative für all diejenigen, die einmal kein Fleisch grillen möchten!