

Lachsforelle

Die Lachsforelle wird ausgenommen, entschuppt und von den Flossen befreit.

Dann schneidet man sie in ca 1,5-2 cm dicke Scheiben.



Sie werden abgetrocknet mit Küchentrepp, gesalzen und mit der Grillmischung * eingepinselt.

Wenn der Grill heiß ist, werden sie auf beiden Seiten gegart. Als Beilagen reicht man Kräuterbutter, Salzkartoffeln oder Baguette, grüne Bohnen in Speckmantel oder Salate.

„Sardinen gegrillt“

Entweder werden die Sardinen ausgenommen oder sie bleiben ganz. Wenn sie ausgenommen werden, reißt man den Kopf ab und nimmt die Eingeweide heraus.

Sie werden etwas gesalzen mit der Grillmischung bestrichen und gegart auf beiden Seiten, ca 5-10 Minuten. Dazu Salate, Oliven und Baguette.

* Grillmischung:

Etwas Sambal Olez, Java Pfeffer, Knoblauch vermengen und mit Olivenöl auffüllen.

2