

Grillrezepte

Gegrillte Fischplatte Mit 2 Soßen

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Fisch, Grillen, Forelle, Zander, Lachs,

2	Lachsforellenfilets (mit - Haut)	- 1/3 mehr Olivenöl
300 g	Zanderfilet (mit Haut)	Salz
300 g	Lachsfilet (mit Haut); bis	Zitronensaft

FÜR DIE SENFSAUCE

200 g	Sauerrahm	1 Teel. Dijon-Senf
1	Bund Gehackte Dille	1 Teel. Brauner Zucker
	Saft von 1/2 Zitrone	Salz
1	Hart gekochtes Ei	Pfeffer
1	Teel. Gekochte Senfkörner	

FÜR DIE GRÜNE SAUCE

4	Essl. Mayonnaise	1/2 Liter Kaltes Wasser
250 g	Blattspinat	Salz
10 g	Kerbel	Pfeffer
30 g	Petersilie	Zitronensaft
15 g	Schnittlauch	

Für die grüne Sauce: Kräuter und Spinat samt dem Wasser in ein Mixglas geben. Anfangs bei niedriger, dann bei hoher Geschwindigkeit durchmischen. Kräuterpüree auf ein feinmaschiges Tuch geben und das Wasser abfließen lassen. Das Püree mit einer Palette vom Tuch schaben, mit Mayonnaise, Salz und Pfeffer vermischen.

Alle Zutaten für die Senfsauce, mit dem gehackten Ei, gut verrühren. Fischfilets auf verbliebene Gräten kontrollieren und diese entfernen, mit Salz und Zitronensaft würzen. Fischfilets auf dem heißen Grill saftig garen. Gegrillte Fischfilets mit den beiden Saucen und Baguette servieren.