

Grillrezepte

Grillspezialitäten - Lachs Mit Salsa Fresca

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: BBQ, Fisch, Raffiniert, Grillen, Mexiko,

2	große Fleischtomaten, entkernt		Saft von 3-4 Limonen
1/2	große Gemüsezwiebel, geschält		Salz
	und		Schwarzer Pfeffer, frisch
1/4	- klein gehackt		- gemahlen
	Habanero- oder Jalapeño	650 g	Lachsfilet mit Haut
	- Chili, entkernt, sehr	2	Essl. Neutrales Öl
1/2 cup	- fein gehackt		
	Koriandergrün, gehackt		

1. Grill aufheizen, Rost 10 cm von den Kohlen entfernt.

2. Tomaten hacken und mit Zwiebeln, Chili, Koriandergrün, Limonensaft & Salz vermengen.

3. Fisch mit Salz und Pfeffer einreiben und mit Öl bestreichen. Fisch mit der Haut nach unten auf den Grill legen. 4-5 Minuten grillen.

Dann einmal umdrehen (es macht nichts, wenn die Haut kleben bleibt), 3 weitere Minuten grillen lassen (medium).

Alternativ in der Pfanne:

1 Minute mit der Haut nach unten braten. Pfanne in den Ofen schieben und 10 Minuten garen lassen. 1 Minute ruhen lassen, dann die Haut abziehen, umdrehen und servieren, Salsa dazu servieren.