



Aus der Heimat der Frische

 20 Minuten

 Einfach

Lachs von der Planke

Zu heiß zum Grillen? Iss' uns doch Lachs – wir schicken einfach leckeren Lieblingsfisch über die Räucher-Planke und machen es uns am Strand gemütlich. Ein kräftiger Schuss Tequila bringt Extra-Aroma auf den Teller, die cremige Marinade aus Zitronenbuttermilch



 So wirds gemacht :

Schritt 1

Vorbereitung Räucherplanke: Für das Grillen von Fisch eignet sich besonders gut ein unbehandeltes, ca. 1-2 cm dickes Brett aus Zedernholz aus dem Baumarkt. Die Holzplanke in eine Schale mit Wasser legen und eine Stunde ziehen lassen. Wichtig ist, dass das Brett komplett mit Wasser bedeckt ist.

Schritt 2

Das Lachsfilet mit der Haut auf das Brett legen, Rosmarinzwige und Chilis unter den Fisch schieben. Lachs auf dem Brett mit Blumendraht festbinden, dabei den Draht über Kreuz laufen lassen. Mit einem ordentlichen Schuss Tequila übergießen.

Schritt 3

Wer mit offener Flamme grillt: Das Brett umdrehen, so dass der Lachs kopfüber nach unten zeigt. Den Lachs so für ca. 1 Minute über dem Feuer angrillen lassen. Anschließend Brett mit Lachs neben dem Feuer in indirekter Hitze platzieren und ca. 10-15 Minuten grillen lassen bis das Eiweiß austritt. Wer klassisch grillt, platziert den Lachs auf der Planke auf dem Grillrost und lässt diesen bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten grillen. Ob Feuer oder Kugelgrill: Zwischendurch Lachs immer wieder mit etwas Tequila beträufeln.

Schritt 4

In einer Schale MILRAM Buttermilch und MILRAM Schmand mit einer Gabel vermengen. Eine halbe Zitrone auspressen, den Zitronensaft unter die Buttermilch-

 Zutaten

4 Portionen

kg Lachsfilet

ml Tequila

500 g MILRAM Buttermilch Zitrone

250 g MILRAM frischer Schmand

1 Bund Dill

3-4 Zweige Rosmarin

1-2 rote Chilis

0.5 Zitrone

100 g Wildkräuter Salat (z.B. aus Eichblatt, Rauke, Mangold, Romana)

125 g Himbeeren

125 g Blaubeeren

125 g Brombeeren

200 g MILRAM Sour Cream

Schmand-Marinade rühren.

Schritt 5

Den Lachs auf einem Holzbrett anrichten und die Buttermilch-Schmand-Marinade über den Lachs geben. Mit Salat, frischem Dill, Himbeeren, Brombeeren und Blaubeeren garnieren. Zusammen mit jeweils einem ordentlichen Klecks MILRAM Sour Cream anrichten.

Nährwerte

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 4502/1074

Fett (g): 62

Kohlenhydrate (g): 25

Eiweiß (g): 88