



 20 Minuten

 Einfach

GEGRILLTER LACHS AUF ZEDERNHOLZ MIT SAFTIGER ZITRUS-MARINADE

Zu heiß zum Grillen? Iss' uns doch Lachs – wir schicken unseren Lieblingsfisch über die Räucher-Planke und servieren ihn mit einer cremigen Marinade aus Zitronenbuttermilch und Schmand.

 *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

Den Lachs auf das Zedernholz 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 mit Marinade kopfüber nach unten zeigt. Den Lachs so für ca. 1 Min. über dem Feuer angrillen lassen. Anschließend Brett mit Lachs neben dem Feuer in indirekter Hitze platzieren und ca. 10 - 15 Min. 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 Min. grillen. Ob Feuer oder Kugelgrill: Zwischendurch den gegrillten Lachs immer wieder mit etwas Tequila beträufeln.

SCHRITT 4



Zutaten

4 Portionen

kg Lachsfilet

ml Tequila

500 g MILRAM Buttermilch Drink 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

185 g MILRAM Sour Cream

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

NÄHRWERTE

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 4502/1074

Fett (g): 62

Kohlenhydrate (g): 25

Eiweiß (g): 88