

Bagel mit gezupftem Seesaibling, Salzzitrone und Wildkräutersalat

Zutaten

1 Seesaiblingsfilet mit ca. 400g
2 EL des Saftes der Salzzitronen
1 TL Zucker Olivenöl

Zum Belegen:

4 Bagels den hausgemachten Hummus (pro Bagel ca. 2 EL)
1 Salzzitrone
2-3 EL des Saftes der Salzzitronen
eventuell Salz zum Abschmecken
4 EL Olivenöl
60 g Wildkräutersalat, alternativ Ruccola

Zubereitung

Das Seesaiblingsfilet entgräten und zurecht schneiden. Die Hautseite gut abtrocknen und mit Olivenöl bestreichen. Die Fleischseite mit ein wenig Zucker bestreuen und mit dem Saft der Salzzitronen marinieren. 30 Minuten bis 1 Stunde stehen lassen. Den Grill auf 220°C vorheizen und das Fischfilet auf der Hautseite bei geschlossenem Deckel ca. 3,5 bis 4 Minuten grillen. Die Salzzitronen in kleine Ecken schneiden. Den Wildkräutersalat mit dem Olivenöl, dem Saft der Salzzitronen und den Salzzitronenstücken marinieren.

Den frischen Bagel aufschneiden, mit Humus bestreichen und Wildkräutersalat darauf verteilen. Das frisch gegrillte Seesaiblingsfilet zupfen und auf dem Salat anrichten. Den Deckel des Bagels dazu setzen.