

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: Colourbox



Gegrillte Forelle & Salatherzen

Zutaten:

Forelle vom Grill Zutaten

- 2 Forellen à ca. 400 g
- Rosmarin
- Thymian
- Knoblauch

Gegrillte Salatherzen Zutaten

- Salatherzen
- Parmesan
- Salz
- Pfeffer

Onion Smashed Potatoes Zutaten

- Gekochte Kartoffeln
- Zwiebel
- Salz
- Pfeffer

Weißweinsauce Zutaten

- Zwiebel
- Weißwein
- Obers
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Forelle vom Grill

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Die Forellen gut trocknen und den Bauchraum mit Rosmarin, Thymian und Knoblauch füllen. Den Grill auf mindestens 315 °C direkte Hitze vorbereiten. Die Forellen unmittelbar vor dem Grillen nochmals abtrocknen und direkt auf den heißen Grill legen. Von beiden Seiten grillen, bis sie eine schöne Farbe angenommen haben. Anschließend beim Kohlegrill in den indirekten Bereich legen und fertig garen, bis sich die Rückenflosse leicht herausziehen lässt. Sobald sich die Rückenflosse lösen lässt, den Fisch sofort zerteilen und servieren.

Gegrillte Salatherzen

Die Salatherzen halbieren und den Strunk unbedingt dranlassen. Die Schnittflächen auf der vorgeheizten Plancha über direkter Hitze grillen, bis sie eine kräftige Bräunung erhalten. Anschließend kurz indirekt legen und mit Parmesan leicht überbacken. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen.

Onion Smashed Potatoes

Die Zwiebel in halbe Ringe schneiden und auf die vorgeheizte Plancha geben. Die gekochten Kartoffeln darauflegen und mit einem Smasher sowie Backpapier flach drücken. Von beiden Seiten grillen, bis sie goldbraun und knusprig sind. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

Weißweinsauce

Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne kurz goldbraun anbraten. Mit Weißwein ablöschen und um etwa die Hälfte einkochen lassen. Mit Obers aufgießen und etwa 10 Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren mit einem Stabmixer pürieren und den entstandenen Schaum rund um den Fisch anrichten.