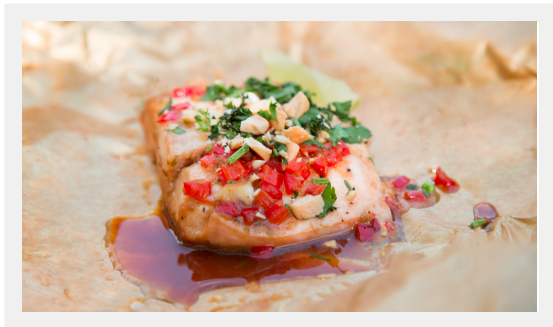




Asiatisches Lachs-Päckchen vom Grill



Zutaten

Menge

1	Chilischote
4	Lachsfilets
1	Knoblauchzehe
2 EL	Sojasauce
½	Bio-Limette
1 TL	brauner Zucker
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
2 EL	geschmacksneutrales Öl
1 Bund	Koriander
1 Handvoll	Cashewkerne

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Min. + 8 Min. Garzeit

pro Portion: 1438 kJ, 344 kcal, 4,86 g Kohlenhydrate, 27,3 g Eiweiß, 24,0 g Fett, 72,5 mg Cholesterin, 0,77 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad:

Kosten: €

Kalorien
arm

spicy

Zubereitung

Fisch vom Grill ist wirklich super lecker. Deshalb haben wir unseren Lachs lecker mariniert und in Folie verpackt. Zusammen mit einem Koriander-Cashew-Topping schmeckt der gegrillte Fisch im Asia-Style einfach nur köstlich! So easy geht's:

Step 1:

Zuerst die Chilischote entkernen und in feine Würfel schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und ebenfalls fein hacken. Beides zusammen in eine kleine Schüssel geben.

Step 2:

Die Sojasauce, den Saft sowie den Abrieb der halben Limette, den Zucker, eine Prise Salz, Pfeffer und Öl zur Chili-Knoblauch-Mischung geben und verrühren.

Step 3:

Die Lachsstücke jeweils auf ein größeres Stück Genuss- oder Alufolie legen und mit der Marinade übergießen. Die Folie kannst du nun zu einem Päckchen verschließen und bei mittlerer Hitze 6 bis 8 Minuten grillen.

Step 4:

In der Zwischenzeit kannst du den Koriander und die Cashewkerne hacken und beides vermengen. Den fertig gegrillten Lachs mit der Kräutermischung bestreut servieren.