

Loup de mer auf dem Grill

(für 4 Personen)

Zutaten:

- 4 Wolfsbarsche
- Olivenöl
- 1 Zitrone
- Zitronensaft (oder eine weitere Zitrone)
- 2 Knoblauchzehen
- Pfeffer
- einige Zweige frischer Rosmarin
- Kochschnur

Vorbereitung:

- Die Fische sollten normalerweise schon ausgenommen und entschuppt sein. Deshalb nur noch aussen und innen gut waschen. Mit Küchenpapier gut abtrocknen.
- Eine Marinade herstellen aus:
 - Olivenöl
 - Pfeffer
 - Zitronensaft
 - gepressten Knoblauchzehen
 - dünn geschnittenen Zitronenschnitzen
- Den Rosmarin, je zwei Zitronenschnitze und genügend Marinade in die Bauchhöhle der Fische bringen.
- Mit der Kochschnur die Fische gut umwickeln und zuschnüren.
- Den Rest der Marinade aussen auf die Fische einreiben.

Zubereitung:

- Die Fische in je eine Fischzange geben und auf dem Grill je Seite 15...20 Minuten grillen bei max. 200°C.
- Vor dem Servieren die Kochschnüre mit der Schere aufschneiden und entfernen.

Tipp:

- Auf diese Weise kann man praktisch alle ganzen Fische auf dem Grill zubereiten. Z.B. auch Forellen oder Doraden.
- Als gesunde Beilage beliebiges gedünstetes Gemüse.

