



REZEPT 26 | GRILL & BBQ

GANZE DORADE VOM GRILL *mit Zitronen-Kräuter-Füllung*

Ganze Doraden vom Grill, gefüllt mit Zitrone und Kräutern und serviert mit einer frischen Mandel-Salsa. Ein sommerliches Fischrezept mit mediterranem Charakter.



FÜR
4 Personen



VORBEREITUNG
20 Min.



MARINIEREN
20–30 Min.



GRILLZEIT
18–25 Min.



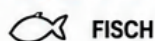
GRILL
Gas, Holzkohle oder Pellet



METHODE
direkt + indirekt



ZUTATEN:



FISCH

- 2 ganze Doraden, je 500–700 g
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer



FÜLLUNG / MARINADE

- 1 Bio-Zitrone
- 4 Zweige Thymian
- 4 Zweige Petersilie
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Zitronenabrieb
- 1 TL Fenchelsamen



MANDEL-SALSA

- 40 g geröstete Mandeln
- 2 EL Petersilie, fein gehackt
- 1 EL Schnittlauch
- 1 TL Honig
- 1 EL Zitronensaft
- 2 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG:

- FISCH VORBEREITEN:** Doraden abspülen, trocken tupfen und die Haut auf beiden Seiten 2–3 Mal leicht einschneiden.
- FÜLLEN:** Die Bauchhöhlen mit Zitronenscheiben, Thymian, Petersilie, Rosmarin und angedrücktem Knoblauch füllen.
- MARINIEREN:** Olivenöl, Zitronensaft, Zitronenabrieb, Fenchelsamen, Salz und Pfeffer verrühren. Die Fische innen und aussen damit bestreichen und 20–30 Minuten ziehen lassen.
- ANGRILLIEREN:** Die Doraden über direkter Hitze pro Seite 2–3 Minuten angrillieren.
- INDIREKT GAREN:** In den indirekten Bereich legen und bei geschlossenem Deckel 12–18 Minuten fertig grillieren.
- SERVIEREN:** Für die Salsa Mandeln, Petersilie, Schnittlauch, Honig, Zitronensaft und Olivenöl mischen. Die Fische mit der Mandel-Salsa servieren.

TIPPS & TRICKS

- Ein Fischkorb oder eine Fischzange erleichtert das Wenden.
- Den Rost gut ölen, damit die Haut nicht kleben bleibt.
- Dazu passen grillierter Fenchel, junge Kartoffeln oder ein frischer Sommersalat.

EMPFOHLENES EQUIPMENT

- Grill mit Deckel
- Fischzange oder Fischkorb
- Grillthermometer
- kleine Schüssel für die Salsa



Viel Spass beim Grillen!

Weitere Rezepte und Tipps findest du auf [GRILLONLINE.CH](https://www.grillonline.ch)