

Wassermelone, Pfeffer-Vinaigrette, gegrillter Makrele

Für 2 Personen

1 kg Wassermelone	2 frische Makrelen	1 Limette
1/2 Bund frischer Koriander	7 EL Olivenöl	1 TL scharfer Senf
Pfeffer	Meersalz	20 g Crème-fraîche
1/2 Bund Schnittlauch		

Die Melone halbieren, das Fruchtfleisch von der Schale schneiden und dann das Fruchtfleisch in daumendicke ca. 5 cm lange Stäbchen schneiden. Die Fruchtfleischabschnitte fein pürieren. Die Makrelen filetieren, entgräten und von der Haut lösen. Dann in ca. 80 g schwere Stücke schneiden. Von der Limette den Saft auspressen. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. In einer flachen Schale Limettensaft mit 4 EL Olivenöl und Korianderblättern vermischen und die Fischstücke darin einlegen. Senf, 3 EL Olivenöl und das Wassermelonensäfte zu einer Vinaigrette vermischen, mit grob gemahlenem Pfeffer würzen und die Wassermelonenstäbchen darin marinieren. Fischstücke aus der Marinade nehmen und in einer Grillpfanne von beiden Seiten braten, leicht salzen. Die restliche Marinade mit Crème-fraîche vermischen, mit Salz abschmecken und als Dip zum Gericht servieren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und über die Melonenstäbchen streuen. Melone mit gegrillter Makrele und dem Crème-fraîche –Dip anrichten. Dazu passt sehr gut Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 13. Juli 2011