

# Gegrillte Lachsforelle mit Zitronen-Verbene

## Für 4 Personen:

2 Lachsforellen      6-8 Zweige Zitronenverbene      Salz  
1 Zitrone, Abrieb      Olivenöl      Fenchelkraut

Die Lachsforelle waschen, trocknen und von innen und außen kräftig salzen. Mit der Zitronenverbene füllen und in ein faltbares Fischgrillgitter einsetzen. Langsam 20 Minuten auf dem Grill garen. Die Temperatur sollte je nach Art des Grills zwischen 180°C und 200°C liegen. Nach 10 Minuten wenden und am Ende der Garzeit an der dicksten Stelle der Forelle mit einem Messer vorsichtig einstechen und die Konsistenz prüfen oder die Kerntemperatur mit einem Thermometer messen. Diese sollte bei einer Lachsforelle bei 51°C liegen.

Anschließend die Haut abziehen und mit zwei Löffeln das Fleisch von den Gräten lösen. Nun mit Zitronenabrieb und Olivenöl anrichten, mit Fenchelkraut garnieren.

Frank Buchholz am 19. August 2024