



Deutsche See Grillrezept Orangen-Chili-Füllung

Zutaten für 4 Personen:

3 Orangen
1 große Chilischote, mild
2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
1 EL Senf
Salz
Pfeffer



Zubereitung (ca. 10 Minuten):

1. Die Orangen heiß waschen. Mit Schale in große Würfel schneiden und in eine Schüssel füllen.
2. Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen, in dünne Scheiben schneiden und mit den Chilistreifen zu den Orangen geben.
3. Alle vorbereiteten Zutaten miteinander vermengen und Olivenöl zufügen. Füllung mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Fische (beispielsweise Dorade oder Forelle) damit füllen und am besten in einer Fischzange garen, damit die Füllung nicht herausfällt.

Tipp: Die Füllung nach dem Grillen entfernen, in ein Sieb geben und über dem Fisch auspressen.

Quelle: Deutsche See Fischmanufaktur

Weitere Fischrezepte sowie viele Tipps & Tricks zum Grillen finden Sie im Internet unter www.deutschesee.de/grillen.

Weitere Informationen und hochauflösendes Bildmaterial:

a+o

Wolfgang Robben
Telefon: 040 / 43 29 44 19
Wolfgang.Robben@a-und-o.com



Andreas Kremer
Telefon: 0471 / 13 31 40
Andreas.Kremer@deutschesee.de