

Gefülltes Rinderfilet im Ganzen gegrillt

Zutaten:

1 ganzes Rinderfilet
200g Mozzarellascheiben
200g Speckscheiben
Spinatblätter (20 Stück)
Garn
Salz, Pfeffer, Öl



Rinderfilet der Länge nach aufschneiden, wie eine Tasche , mit in Scheiben geschnittenem Mozzarella und Spinatblättern füllen und mit Speckscheiben umwickeln und wieder in Form binden. Indirekt grillen ca 20 min /Seite, je nach gewünschtem Gargrad. Am besten bei einer Temperatur von 100 Grad im Griller ruhen lassen, bis Temperatur im Inneren 58 Grad erreicht.

Mit Salat und gegrilltem Brot servieren.
Dazu passt Kräuter-Kapernsauce oder Salsa.

Kapern-Kräutersauce:

Zutaten:

200g Joghurt , 1 Handvoll frische Kräuter nach Geschmack, Salz, Pfeffer, 2 Stangen Jungzwiebel, Olivenöl, 2 EL Kapern

Jungzwiebel klein schneiden und mit Olivenöl kurz anschwitzen, abkühlen lassen.

Kräuter ganz fein schneiden, Kapern fein hacken. Alles mit Joghurt mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Chili-Sojasauce:

Zutaten:

2 Limetten

1 Thaichili

250 ml Sojasauce

1 daumengroßes Stück Ingwer
falls zu scharf mit Honig nachwürzen

Für die Sojamarinade Ingwer, frischen Thaichili, Limettensaft und Sojasauce mit Pürrierstab mixen. Auch zum Marinieren geeignet.

Fisch am Salzstein:

Zutaten:

400 g Lachsforellenfilet

1 Krauthäuptlsalat

2 Tomaten

1 Knoblauchzehe

10 g Ingwer

1 rote Zwiebel

1 Bund Schnittlauch

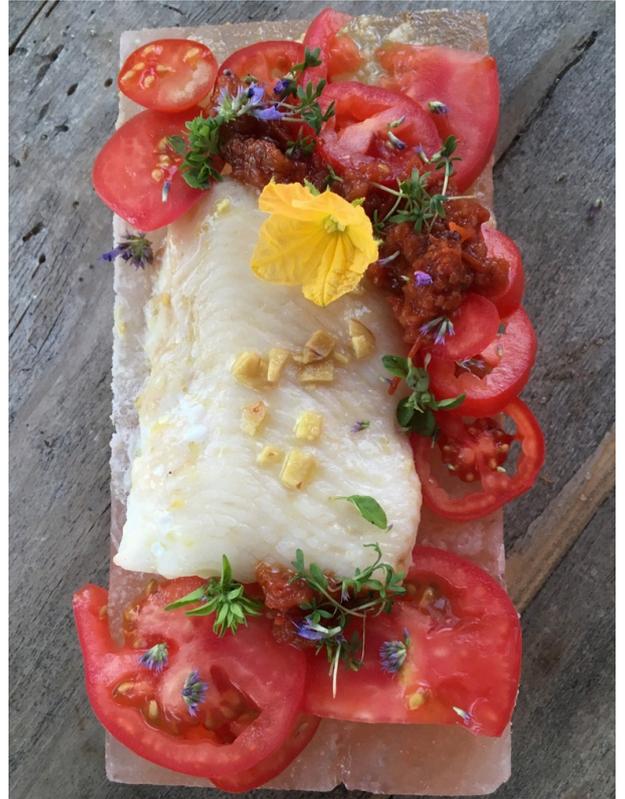
Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

4 Stangen Zitronengras

4 Wraps

süß scharfe Sojamarinade (Rezept siehe oben)



Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Tomaten in Scheiben schneiden. Knoblauch, Ingwer und Zwiebel schälen und hacken. Mit dem Fischfilet in der Küchenmaschine zerkleinern. Schnittlauch fein schneiden und unterheben. Mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Masse Rollen formen und auf die Zitronengrasspieße stecken. Alternativ Rosmarinzwige verwenden.

Den Salzstein am Griller indirekt ca 30 Minuten „vorheizen“.

Die Spieße von beiden Seiten gleichmäßig garen.

Die Lachsforellenspieße am heißen Salzstein mit Salat, Tomaten und Sojamarinade servieren.

Auf dem Salzstein lässt sich auch ein Fischfilet gut grillen. Einfach Tomatenscheiben unter das Filet legen und grillen. Wer es gerne salziger möchte, kann auch das Filet direkt auf den Stein legen.

