



Warum immer nur Bratwurst und Steak?  
Die Konkurrenz aus dem Wasser bringt  
Abwechslung auf den Grill.  
Ihr Apotheker

*Michael Resch*



Wacholder Apotheke

... helfen wo immer wir können

Ganz unkompliziert

# Grillen mit Fisch und Co.

Für 4 Personen:

## Forellen in Alufolie



**4 Forellen (vorbereitet) • Salz • Pfeffer a. d. Mühle • 2 Möhren • 2 Fenchel • 4 Stangen Staudensellerie • 4 kleine Zwiebeln • 8 EL feines Öl (z.B. Raps-Kernöl) • 1 Zitrone • frischer Dill**

- Die Forellen säubern, waschen, mit Küchenkrepp trockentupfen. Von innen und außen salzen und pfeffern.
- Die Gemüse putzen. Möhren und Fenchel in feine, ca. 7 cm lange Stifte schneiden. Die enthäutete Zwiebel grob würfeln. Alles mit dem Öl mischen. Das Gemüse etwas salzen und pfeffern.
- 4 große Stücke Alupapier doppelt falten. Jeweils 2 EL von dem eingelegten Gemüse darauf verteilen und die Forellen darüber legen. Das restliche Gemüse auf die Fische geben. Die Folien fest verschließen.
- Die Fische auf dem heißen Rost ca. 12 – 15 Minuten grillen, dabei einmal wenden.
- Die Forellen (entweder direkt auf den dekorativ geöffneten Folien oder auf Tellern) mit Zitronenscheiben und Dillzweigen servieren.

Für 4 Personen:

## Marinierte Scampi



**20 Riesen-Scampi (Gambas) • 4 Scampi-Spieße (TK) • Saft von 2 Zitronen • 4 – 6 Knoblauchzehen • 1 rote Peperoni • Dill • 0,2 l feines Öl • Zitronenscheiben**

- Gambas und Scampi-Spieße unter fließendem Wasser abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen.
- Die Knoblauchzehen abziehen, die Peperoni in feine Ringe schneiden.
- Öl, Zitronensaft, Knoblauchzehen und Peperoni in einer Schale verrühren, die Meeresfrüchte darin 15 Min. marinieren.
- Aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und auf dem Grill 2 – 3 Min. von beiden Seiten grillen.
- Mit Dillzweigen und Zitronenscheiben servieren. (Nach Wunsch salzen und pfeffern.)

Zu beiden Speisen schmeckt warmes Baguette; zu den Scampi passen außerdem ein frischer Salat und leichte Dips aus Joghurt, Sauerrahm oder Crème fraîche, z.B. gewürzt mit Meerrettich, Senf oder fein gehackten Kräutern.