



GOURMET



PLAT DE FRUIT DE MER

Die Meeresfrüchteplatte



NATÜRLICH
OHNE ZUSATZ VON
· Geschmacksverstärkern
· Konservierungsstoffen
· Farbstoffen

Hier geht's zum Rezept



PLAT DE FRUIT DE MER

Die Meeresfrüchteplatte

ZUTATEN FÜR 10 PERSONEN

- 4 kleine, rote Meerbrassen
- 4 kleine Wolfsbarsch
- 4 kleine Lachstranchen
- 10 ganze Garnelen
- 10 Jakobsmuscheln
- 5 Tintenfischtuben

FÜR DIE GRILLMARINADE:

- 120 g KOTÁNYI Grill Seafood
- 100 ml KOTÁNYI Oliven Öl nativ extra
- 100 ml KOTÁNYI Chili Öl
- 100 ml KOTÁNYI BIO Rotwein Balsamessig

FÜR DIE TOMATENSALSA:

- 4 Tomaten, gewürfelt
- 20 g KOTÁNYI Grill Seafood
- 100 ml KOTÁNYI Basilikum Öl



FÜR DEN KRÄUTERDIP:

- 250 g Joghurt natur
- 10 g KOTÁNYI Zitrusfaser
- 2 EL gemischte, gerebelte Kräuter (KOTÁNYI Petersilie, KOTÁNYI Basilikum, KOTÁNYI Dillspitzen, KOTÁNYI Oregano etc.)

FÜR DIE SCHNELLE CREME ROUILLE:

- 250 g Mayonnaise
- 100 ml Fischfond (vorbereitet)
- 0,5 g KOTÁNYI Safran gemahlen
- 10 g KOTÁNYI Zitrusfaser
- 10 g KOTÁNYI Knoblauch Paste

KOTÁNYI Meersalz fein
KOTÁNYI Pfeffer bunt ganz

ZUBEREITUNG

Für die schnelle Creme Rouille Fischfond mit Safran gemahlen und Zitrusfaser unter Rühren einmal aufkochen und 15 Minuten abkühlen lassen. Danach den gebundenen Fischfond mit Mayonnaise und Knoblauchpaste verrühren. Bis zum Servieren kaltstellen.

Für den Kräuterdip Joghurt natur mit Zitrusfaser, Kräutern nach Wahl und etwas Salz verrühren. Anschließend kaltstellen.

Für die Tomatensalsa die gewürfelten Tomaten mit Grill Seafood und Basilikum Öl verrühren. Bis zum Gebrauch kaltstellen.

Für die Grillmarinaden jeweils 40 g Grill Seafood mit Oliven Öl nativ extra, Chili Öl oder BIO Rotwein Balsamessig verrühren.

Fische und Meeresfrüchte nach Belieben mit den Marinaden bestreichen und auf dem Griller auf der indirekten Seite grillen.

Fische und Meeresfrüchte mit den vorbereiteten Beilagen auf einer großen Platte anrichten und nach Belieben garnieren.

Die passenden Beilagen: gegrillte Kartoffel, gegrillter Mangold, grüner Spargel, Zitronen, Limetten, frische Kräuter nach Belieben.

TIPP: Würzen Sie die Beilagen nach Belieben mit Fenchel ganz, Oregano, Rosmarin, Thymian oder anderen mediterranen Kräutern!



Entdecken Sie
weitere Rezeptideen auf
www.kotanyigourmet.com