

Folien-Makrele

Zutaten:

für 4 Personen

- 4 Makrelen, küchenfertig
- 1 Esslöffel Butter
- 4 Zwiebeln
- 1 Bund Petersilie, gehackt
- 1 Teelöffel Majoran
- 2 Knoblauchzehen
- Salz
- weißer Pfeffer, gemahlen
- etwas Worcestersauce
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- 4 Alufolienstücke
- Öl

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Die Makrelen unter fließend kaltem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Zwiebeln in Würfel schneiden. Die Butter zerlassen. Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Petersilie, Majoran und Knoblauch (auf Salz zerdrückt) einrühren.

Die Fische innen salzen, pfeffern, mit Worcestersauce und Zitronensaft beträufeln. Die Zwiebel-Kräuter-Masse in die Makrelen füllen und die Fische auf beiden Seiten dreimal schräg einschneiden bis zur Hauptgräte. Jede Makrele locker in Ölbestrichene Alufolie wickeln, auf den heißen Grill legen und von jeder Seite etwa 12 - 15 Minuten grillen. Die Makrele in der Folie servieren.