

## Grillierte Forelle im Weinblatt mit Dill-Kapern-Fenchelvinaigrette

Kategorie	Fischgerichte
Geographisch	mediterran
Rezept für	2 Personen
Schwierigkeit	Hilfskoch
Zubereitung	45 Minuten

Stellen Sie sich vor, Sie sind im Süden auf einem biologischen Weingut zu Besuch und haben eine Forelle vom Grill bestellt. Man erklärt Ihnen, wozu die Weinblätter dienen: Sie bewirken, dass der Fisch saftig bleibt und übertragen ihm gleichzeitig ihren fein-würzigen Eigengeschmack. Falls Sie auf frische, biologisch gezogene Reben zurückgreifen können, ist das wunderbar, doch es eignen sich auch Weinblätter in Salzlake aus dem Glas. Dazu schmecken ein leichter Lauch-Pilawreis und ein Glas fruchtiger Rosé - buon appetito, bon appétit!



### Mise en place

8 bis 12 Weinblätter, biologisch und frisch oder aus der Salzlake

1 kleine Fenchelknolle mit Fenchelgrün

2 Forellen, geschuppt und ausgenommen

1 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer

Hanfchnur

6 EL bestes Olivenöl  
1 EL Zitronensaft  
1 TL Milerb-Dill  
1 TL kleinste Kapern "nonpareilles"  
wenig gehacktes Fenchelgrün

### Zubereitung

Wieviele Weinblätter Sie schlussendlich benötigen, hängt von der Grösse der Fische ab. Seien Sie aber lieber grosszügig und stellen Sie sicher, dass sich der Fisch gut einpacken lässt.

Falls Sie frische Blätter verwenden, spülen Sie sie kurz unter kaltem Wasser ab und blanchieren Sie anschliessend 3 Min. in kochendem Wasser. Danach kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Weinblätter in Salzlake beidseitig gut abspülen und abtropfen lassen.

Den Fenchel waschen, längs halbieren und vom Strunk befreien. Das Gemüse fein würfeln.

Die Fische abspülen, trocken tupfen und den Bauch so mit einem Teil des Fenchels füllen, dass er sich danach immer noch gut mit den Weinblättern umhüllen lässt. Den restlichen Fenchel zum Bestreuen der Beilage beiseite stellen.

Die Fische mit dem Olivenöl bepinseln, dann salzen und pfeffern.

Pro Fisch 4 bis 6 Weinblätter auf ein Arbeitsbrett legen, den Fisch darauf betten und die Blätter umschlagen. Von der anderen Seite her ebenso verfahren.  
Die Fischpäckchen sorgfältig mit der Schnur zubinden.

Anschliessend den Fisch auf beiden Seiten bei mittlerer Hitze je 8 bis 12 Min. grillieren.

Aus diesen Zutaten die Vinaigrette anrühren und in Schälchen verteilen.

Die Fische mitsamt ihrer Verpackung servieren und die Sauce dazu reichen.