

Fisch auf den Grill: NORDSEE und Adi Bittermann präsentieren köstlichen Grillgenuss

Wien, 02. Juli 2019. Am gestrigen Montagabend lud NORDSEE Österreich zu einem kulinarischen Abend, ganz im Zeichen des Fisch-Grillens. In der Strandbar Herrmann präsentierte Grillweltmeister Adi Bittermann Grillkreationen mit den besten Fischen aus dem NORDSEE Sortiment. Auf dem Menüplan standen Thunfischsteaks, Lachsfilets, österreichische Bachforellen und Riesengarnelen.

Alexander Pietsch, NORDSEE Österreich Geschäftsführer: „Das Grillen von ganzen Fischen, Filets oder Meeresfrüchten ist eine köstliche Alternative zu Steaks und Würstchen. Und es ist einfacher als viele glauben: Mit der professionellen Vorbereitung unserer Fischexperten gelingen Fisch und Meeresfrüchte zu Hause auch ohne viel Erfahrung ganz einfach.“

Adi Bittermann, Grillweltmeister und Haubenkoch: „Fisch zu grillen ist nicht nur etwas für Grillweltmeister. Ob Anfänger, Hobby- oder Profigriller: Beim Grillen von Fisch ist für jeden etwas dabei. Die große Vielfalt an Fischarten und die vielen unterschiedlichen Zubereitungsarten bieten unzählige Möglichkeiten, die das Griller-Herz höher schlagen lassen.“

Gemeinsam mit NORDSEE grillte Adi Bittermann unwiderstehliche Köstlichkeiten wie Thunfischsteaks mit Chimichurri-Marinade und Couscous oder Lachs vom Zedernholzblech mit Waldbeerglasur. Liebhaber von Krustentieren wurden mit einer Kombination aus gegrillten Garnelen, Salsa und Brioche begeistert.

Die Fisch-Grill-Rezepte von Adi Bittermann und NORDSEE

Egal ob zu Hause im Garten, auf dem Balkon, im Park oder am See: was wäre der perfekte Grillabend ohne einzigartige und köstliche Rezepte? Hier die exquisiten Grillrezepte von Grillweltmeister Adi Bittermann und NORDSEE Österreich:

Forelle im Ganzen gegrillt

- 4 Forellen à 250-300g
- Grobes Meersalz
- Zitronenpfeffer
- Thymianzweigerl
- 8 Zitronenscheiben
- 2 rohe Erdäpfel

Forelle gut auswaschen auf der Innenseite mit Meersalz und Zitronenpfeffer würzen und je zwei Zitronenscheiben hineinlegen. Die halbierten Erdäpfel in Alufolie einwickeln, zwei Zahnstocher in die Erdäpfel hineinstecken und die Forelle mit den Bauchlappen über den Erdäpfeln „aufrecht“ platzieren. Den Grill für indirektes Grillen vorbereiten und die Forelle bei 180-200°C indirekt 15-18 Minuten grillen.

Gegrillte Riesengarnele

- 2 Stück Riesengarnelen pro Person
- Olivenöl
- Frisch gehacktes Basilikum
- Pfeffer aus der Mühle

Riesengarnelen zehn Minuten in Salzwasser einlegen, aus dem Salzwasser nehmen, trockentupfen, den Grillrost gut reinigen. Danach eine halbe Zwiebel in Olivenöl eintunken und damit den Grillrost gut einfetten. Anschließend die Garnelen auf jeder Seite je eine Minute direkt angrillen. Die Garnelen danach in eine Pfanne legen und ziehen lassen. Mit Olivenöl, fein gehacktem frischen Basilikum und Pfeffer aus der Mühle kurz marinieren und fertig ziehen lassen. Die fertigen Garnelen können mit Salsa und Brioche serviert werden.

Lachs vom Zedernholzbrett mit Waldbeerglasur

- 800g Lachsfilet
- Grobes Meersalz
- Pfeffer
- 50g geriebener Kren
- 200g Mayonnaise
- 50g Haselnüsse
- 150g Waldbeeren
- Msp Chili

Das Räucherbrett über Nacht oder mindestens eine Stunde in Wasser einweichen. Haselnüsse in einer Pfanne trocknen und rösten. Für die Mayonnaise Eier, Salz, Pfeffer, Zitrone und Senf vermengen und unter stetiger Zugabe von Öl aufschlagen. Mayonnaise, Waldbeeren, Chili gründlich mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen, abdecken und im Kühlschrank bis zum Gebrauch ziehen lassen. Das Brett abtropfen, das gehäutete Lachsfilet auflegen und würzen. Die Waldbeeren-Glasur gleichmäßig auf dem Lachsfilet verteilen.

Den Grill auf 200-220°C vorheizen. Das Brett in die direkte Grillzone stellen und den Deckel geöffnet lassen. Sobald das Brett anfängt zu rauchen und zu knacken, den Deckel schließen und 10-15 Minuten grillen. Sollte das Brett Flammen fangen, mit Sprühflaschen löschen und in die indirekte Zone schieben. Das Räucherbrett vom Grill nehmen, frischen Kren auf die Glasur reiben und zum Schluss mit den gerösteten Haselnüssen garnieren.

Thunfischsteak mit Chimichurri-Marinade

Beize:

- 5 EL zerlassene Butter
- 5 EL Sesamöl
- 5 EL Balsamico Bianco
- 2 EL Zitronensaft
- 1 TL frisch geriebener Ingwer
- 1 TL feingehackter Thymian
- 1 Knoblauchzehe feingehackt
- 1 kleine Chili feingehackt

Alle Zutaten gut vermischen.

Thunfisch in 3 cm hohe Steaks schneiden und in der Beize eine Stunde lang marinieren. Wassermoker mit einem Korb Kohle anheizen und zwei Hände milde Räucherchips einweichen. Wenn der Wassermoker 120°C erreicht hat, die Chips auf der Kohle verteilen. Eine Pfanne auf circa 180°C erhitzen – grobes Meersalz hineinstreuen und das Thunfischsteak darin beidseitig kurz scharf anbraten – die Pfanne in den Wassermoker stellen und circa 8-10 Minuten darin garen, der Kern sollte noch leicht rot sein.

Chimichurri-Marinade:

- 200g feingehackte Petersilie
- 8 Knoblauchzehen gepresst
- 3 EL fein gehackter Zwiebel
- 5 EL Weißweinessig
- 5 EL Wasser
- 100 ml Olivenöl
- 1 TL grobes Meersalz
- frisch gehackter Oregano
- 1 Msp Cayennepfeffer
- 1 Msp schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Alle Zutaten gut vermischen.

11 Profi-Tipps fürs Fisch-Grillen

Fisch-Grillen ist für so manchen noch Neuland. Dabei ist es gar nicht so kompliziert den perfekten Fisch am Rost zuzubereiten. Mit diesen Profi-Tipps wird jeder zum Meister am Fisch-Grill.

1. Fische mit festem Fleisch

... oder höherem Fettgehalt sind besonders gut zum Grillen geeignet, wie zum Beispiel Lachs, Forelle, Makrele oder Thunfisch. Für ganze Fische am besten eine Grillzange verwenden. Empfindliche Filets in einer Grillschale oder Alufolie grillen. Jedoch sollte kein Aluminium verwendet werden, wenn es mit stark säure- oder salzhaltigen Lebensmitteln in Verbindung kommt. Wichtig: den Rost und auch die Grillschale vor dem Grillen gut einölen.

2. Fischsteaks & -filets

Lachs und Thunfisch sind die neuen Grillstars für Steak-Liebhaber. Filets mit der Hautseite auf den geölten Rost legen. Beim Thunfisch beide Seiten kurz grillen. Das Innere darf dabei fast noch roh sein. Aroma bekommt der Fisch durch frische Kräuter, Zitronensaft und Wein.

3. Position des Grillrostes

Beim Fisch-Grillen sollte zwischen Rost und Glut mehr Abstand sein als beim Grillen von Fleisch. Darüber hinaus sollte der Fisch nicht direkt über den Flammen, sondern eher am Rost-Rand platziert werden.

4. Haut als Schutzmantel

Filets mit Haut haben den perfekten, natürlichen Schutzmantel integriert. Die Haut schützt das zarte Fischfleisch vor Austrocknung und verhindert zudem das Ankleben am Grillrost. Daher sollten Fischfilets stets (zuerst) auf der geschuppten Haut gegrillt werden.

5. Kein Ankleben am Rost

Um das lästige Ankleben am Grillrost zu vermeiden, hilft es, den Fisch einfach ein wenig mit einem Grillpinsel mit Öl einzupinseln.

6. Einritzen für mehr Geschmack

Für das ultimative Geschmackserlebnis und einen schön gleichmäßig gegrillten, ganzen Fisch, sollte man die Haut des ganzen Fisches vor dem Grillen im Abstand von ein paar Zentimetern einritzen – und zwar kreuzweise.

7. Nur 1x wenden

Den Fisch auf einer Seite etwas länger grillen, bis er sich selbstständig vom Rost löst. Dann einmal wenden und fertig grillen. Ausnahme: bei Kugelgrills und Grills mit Deckel ist durch die gleichmäßige Hitzeverteilung kein Wenden notwendig.

8. Grilledauer

Ein Filet ist fertig gegrillt, sobald das Fleisch weiß und nicht mehr glasig ist. Bei ganzen Fischen erkennt man den Gargrad anhand der Rückenflosse. Lässt sie sich leicht herausziehen, kann man den Fisch vom Grill nehmen.

9. Herrlicher Rauchduft

Durch das Hinzufügen von Wacholderbeeren, Thymianzweigen, Oregano, Lorbeerblättern, Rosmarinzweigen oder Buchenspänen auf die Glut, entwickelt sich ein gut duftender Rauch, der dem Grillgut eine ganz besondere Note gibt.

10. Keine Bierverschwendung

Viele – vor allem Männer – löschen Fisch auf dem Grill gerne mit Bier ab. Auch wenn es beeindruckend aussieht, raten wir davon ab: Der Geschmack wird nicht unterstützt, die Kohle wird gelöscht und die Würze vom Fisch geht verloren.

11. Kühlen Kopf bewahren

Wie bei jeder Zubereitung von Fisch, sollte dieser auch vor dem Grillen richtig und gut gekühlt werden. Falls der Fisch frühzeitig aus dem Kühlschrank geholt werden muss, dann sollte dieser in einem Gefäß auf Kühlakkus, Eis oder in einer Kühlbox aufbewahrt werden.

Bildmaterial: [Link zum Fotodownload](#)

© NORDSEE/Sabine Klimpt. Abdruck honorarfrei

Bild 1: v.l.: Adi Bittermann, Alexander Pietsch

Bild 2: v.l.: Alexander Pietsch, Adi Bittermann

Bild 3: Adi Bittermann

Bild 4: v.l.: Alexander Pietsch, Adi Bittermann, Gernot Fischer (Heute)

Bild 5: Thunfischsteak mit Chimichurri-Marinade

Bild 6: Lachsfilet

Bild 7: Lachs auf Zedernholzbrett

Bild 8: Riesengarnelen am Grill

Bild 9: Riesengarnelen

Bild 10: Gegrillte Riesengarnelen mit BBQ-Gremolata

Bild 11: Forellen im Ganzen

Bild 12: Lachsfilet vom Zedernholzbrett mit Waldbeergalsor

Bild 13: Forellenfilet mit gegrillten Romana-Herzen und Putanesca-Brot vom Grill



Rückfragehinweis:

Theo Bousek | Kobza Integra Public Relations GmbH

Tel. +43 664 2548562

E. t.bousek@kobzaintegra.com

Das NORDSEE Qualitätsversprechen

NORDSEE steht seit 120 Jahren in Österreich für Fisch und Meeresfrüchte von höchster Qualität. Die Fischprodukte stammen aus quotierten Fängen. Fischgenießer können darauf vertrauen, dass für MSC-zertifizierte Produkte nicht mehr Fisch gefangen wird, als für den Lebensraum Meer verträglich ist. Die Marine Stewardship Council (MSC) ist eine unabhängige Organisation mit wissenschaftlicher Kompetenz. Unabhängige Zertifizierer überprüfen regelmäßig, ob ein Unternehmen die strengen MSC-Kriterien konsequent erfüllt. Außerdem führt NORDSEE auch eine immer breitere Palette von Fischen sowie Schalen- und Krustentieren aus biologischer Aquakultur. Die Herkunft der Produkte ist über die NORDSEE-Website transparent nachvollziehbar. Hier können FAO-Fanggebiet, Fangmethode und Art der Fischerei überprüft werden. Nachhaltigkeit ist NORDSEE in allen Unternehmensbereichen ein wichtiges Anliegen, hier setzt das Unternehmen höchste Maßstäbe an. Das gilt sowohl für die Entwicklung der Rezepturen und Gerichte als auch für das Filial-Design, die Verpackungen oder den Energieverbrauch an jedem Standort. NORDSEE verzichtet bewusst auf den Einsatz von Geschmacksverstärkern, künstlichen Aromen sowie genveränderten Bestandteilen. Bei der Konzeption aller Fischkreationen sind frische Ideen, Natürlichkeit und Abwechslung besonders wichtig. Für die Snacks und Tellergerichte wird ausschließlich Filetware verwendet.

NORDSEE – ein Traditionsunternehmen in Österreich

NORDSEE Österreich ist zu 100% Tochter der deutschen NORDSEE Gruppe, die 1896 von Bremer Reedern und Kaufleuten gegründet wurde. In Österreich ist das Unternehmen seit 1899 aktiv und mit seinen 33 Standorten (Restaurants und Frischfisch-Theken) führender Anbieter von Fischspezialitäten. Mit rund 450 Mitarbeitern werden hierzulande jährlich über sechs Millionen Kundentransaktionen getätigt. Je nach Filiale verkauft NORDSEE bis zu 340 verschiedene Artikel. Weitere Informationen: www.nordsee.at

NORDSEE ist als Franchise-System immer auf der Suche nach geeigneten Standorten für neue Filialen und Partnern in Österreich, Deutschland sowie anderen internationalen Märkten. Franchise-Partner haben die Möglichkeit, bestehende Filialen zu übernehmen oder neue Filialen zu eröffnen. Seit dem 1. August 2018 ist das Unternehmen offizieller Partner des Multipartner-Bonusprogramms PAYBACK.