

Makrelenfilet grillfertig gewürzt 250g

Unsere **grillfertigen Makrelenfilets** bieten ein saftiges, intensives Geschmackserlebnis und sind ideal für ein unkompliziertes Grillvergnügen. Sorgfältig vorbereitet und mit einer leichten Würze veredelt, bringen die Filets die natürliche Aromenvielfalt der Makrele perfekt zur Geltung. Ob auf dem Grill oder in der Pfanne zubereitet – diese Filets garantieren ein zartes, rauchiges Aroma und sind die ideale Wahl für alle, die frischen Fisch mit vollem Geschmack genießen möchten.

Rezept: Makrelenfilets fertig gewürzt auf der Grillmatte

Zutaten (für 4 Personen):

- 4 **fertig gewürzte Makrelenfilets** (z. B. Knoblauch, Pfeffer, Kräuter)
- 2 EL **Olivenöl**
- 1 EL **Zitronensaft**
- Frische Kräuter zur Garnitur (z. B. Dill oder Petersilie)
- **Grillmatte**

Zubereitung:

1. **Grill vorbereiten:** Den Grill auf mittlere Hitze vorheizen und die **Grillmatte** auf den Rost legen.
2. **Makrelenfilets vorbereiten:** Die gewürzten Makrelenfilets leicht mit Olivenöl einpinseln und mit einem Spritzer Zitronensaft verfeinern.
3. **Grillen auf der Grillmatte:** Die Filets auf die Grillmatte legen und ca. **5–7 Minuten** auf der Hautseite grillen, bis sie goldbraun und durchgegart sind. Die Filets müssen nicht gewendet werden, um ihre Saftigkeit zu bewahren.
4. **Anrichten:** Die gegrillten Makrelenfilets auf Tellern anrichten und mit frischen Kräutern garnieren. Sofort servieren – dazu passen frisches Baguette, Grillgemüse oder Kartoffelsalat.

Vorteile der Grillmatte

- **Verhindert Anhaften:** Die Grillmatte sorgt dafür, dass das empfindliche Fleisch der Makrelen nicht am Grillrost kleben bleibt oder zerfällt.
- **Sauberes Grillen:** Kein Tropfen von Marinade oder Fett auf den Grill – das erleichtert die Reinigung und schützt den Grill vor Verschmutzungen.
- **Perfekte Hitzeverteilung:** Die Grillmatte verteilt die Hitze gleichmäßig und sorgt für ein gleichmäßiges Grillergebnis.
- **Mehr Kontrolle über das Grillgut:** Ideal für empfindliche Speisen wie Fisch, Meeresfrüchte oder Gemüse, die leicht durch den Rost fallen könnten.

Dieses Rezept bringt den vollen Geschmack der **fertig gewürzten Makrelenfilets** auf den Teller, während die **Grillmatte** das Grillen einfacher und stressfreier macht. Ein Muss für jeden Grillfan! **Guten Appetit!**

Sie bekommen hier bereits fertige Filets zum Grillen, zusammen mindestens 250g. (Zubereitung am besten mit einem Fischgriller ([21491](#)), bzw. Alufolie oder Grillmatte unterlegen)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	760 kj
Brennwert in kcal	180 kcal
Fett	11,9 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,75 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	19,2 g
Salz	2,2 g
Natrium	0,95 g

Allergene

Erdnüsse	Ja
Sellerie	Ja
Fisch	Ja
Soja	Ja
Senf	Ja

Inverkehrbringer

de Beer Fisch-Feinkost GmbH
An den Darren 1 // 26736 Greetsiel