

Flammlachs Rub aus dem Thermomix



© Flammlachs - Rezepte mit Herz



10 Min + Wartezeit



leicht



ca. 180 g

Auf Instagram kamen wir über unsere Liebe zum Grillen mit Thorsten und Sandra von [BBQ aus Moers](#) in Kontakt.

Beide lieben wir Flammfisch und natürlich haben wir uns über die Zubereitung ausgetauscht. Ergebnis: **Der perfekte Flammfisch steht und fällt mit dem richtigen Rub - ohne den gibt es nicht das wunderbar würzige Aroma!** Gesagt getan, das Rezept

Das Rezepte mit Herz-Team hat ein Flammfisch-Rub entwickelt und Thorsten und Sandra haben es getestet. Bei unserem ersten Mix fehlte noch etwas Zitrone, aber der zweite Mix war dann ein Volltreffer!

Und das besonders Schöne:

Egal ob mit der Profi-Version von Thorsten - offener Grill mit Flammfisch-Vorrichtung - oder mit dem klassischen Grill haben wir den perfekten Flammfisch zubereitet.

Am Ende war es doppelt lecker!!

Zutaten-Einkaufsliste

- | | | |
|--------------------------|--------------|--|
| <input type="checkbox"/> | 3 | Bio-Zitronen |
| <input type="checkbox"/> | 100 g | Salz |
| <input type="checkbox"/> | 30 g | getrocknete italienische Kräutermischung |
| <input type="checkbox"/> | 5 g | Chiliflocken |
| <input type="checkbox"/> | 10 g | geräuchertes Paprikapulver |
| <input type="checkbox"/> | 15 g | Zucker |
| <input type="checkbox"/> | 5 g | Pfefferkörner |

Zubereitung

1. Am Vortag Zitronen heiß waschen, trocken reiben, Schale fein abreiben oder schälen. Zitronenschale auf einem Küchentuch verteilen und mind. 24 Std. trocknen lassen.
2. Am nächsten Tag Zitronenschale mit den übrigen Zutaten in den Mixtopf geben und 20 Sek./Stufe 10 mahlen. In ein Schraubglas abfüllen, verschließen und dunkel aufbewahren. Haltbarkeit: Mind. 6 Monate

Zum Grillen:

Lachs samt Haut vor dem Grillen mit dem Rub gut einreiben und 1 Std. ruhen lassen.

Geschlossener Grill:

Den Grillrost mit einem Küchentuch und ein paar Tropfen Pflanzenöl reinigen. Den Lachs kurz mit der Fleischseite auf den Grill legen, nach ca. 1 Min. wenden und Lachs auf der Haut weitere 7-8 Min. grillen. Sofort servieren.

Wer mag kann den Fisch auch auf einem sehr gut gewässerten Stück Holz bei mittlerer Hitze ca. 15-20 Min. grillen

Offener Grill:

Den Lachs in Alu-Folie verpacken und mit der Hautseite nach unten ca. 15-20 Min. grillen

Flammlachs-Vorrichtung:

Das Holz gut wässern und die Seite auf dem der Lachs angebracht wird mit Öl einstreichen. Lachs einspannen und ca. 45 Min. garen.

Tipps zur Vorrichtung könnt Ihr sehr gerne bei Thorsten von [BBQ aus Moers](#) anfragen!

Hier seht ihr, wie der Flammlachs am großen Grill gegrillt wird.

Egal, für welche Grill-Variante ihr euch entscheidet, am normalen kleinen Grill oder richtig groß. Mit unserem BBQ-Rub wird der Lachs auf jeden Fall sensationell! Probiert es unbedingt aus!

Guten Appetit!