



**MILL & MORTAR.**  
*fine* SPICE EMPORIUM



## **MERMAID'S BITE - passt perfekt zu Fisch und Gemüse, mit seinen Noten aus Zitrus, Minze und Anis und einem "Biss" von Chili.**

Das beste Ergebnis erzielen Sie, indem Sie Fisch oder Gemüse vor der Zubereitung mit Mermaid's Bite marinieren. Die Beize gehört zu Mill & Mortar's Serie *No 1 BBQ RUB*, und ist in Zusammenarbeit mit preisgekrönten nordischen BBQ-Teams entwickelt.

### **GEGRILLTER FISCH MIT KRÄUTERN UND MERMAID'S BITE**

Leibgericht von Meerjungfrauen und Wassermännern. Kann auch in der Pfanne oder im Ofen zubereitet werden.

#### **ZUTATEN**

Ganzer Fisch, z.B. Seebarsch, Makrele oder Forelle (fragen Sie Ihre(-n) Fischverkäufer(-in) nach der passenden Menge), Mermaid's Bite, Pyramidensalz, Petersilienbünde, Zitronenscheiben.

#### **SO WIRD'S GEMACHT**

Den Fisch spülen und reinigen, mit Papier trocken tupfen und auf jeder Seite 3-4 Mal quer einschneiden. Den Fisch innen und außen mit Mermaid's Bite und Salz einreiben. Danach den Fisch mit Zitronenscheiben und Petersilie füllen und gekühlt mindestens 30-60 Minuten ziehen lassen. Den Fisch indirekt oder in einer Aluschale ungefähr 20 Minuten grillen.

.....

### **GEGRILLTES SOMMERGEMÜSE (4 PERSONEN)**

Köstlich, sommerlich Gericht, perfekt als Zubehör oder Mittagessen.

#### **ZUTATEN**

4-5 Gemüsesorten, geteilt in mundgerechte Stücke (insgesamt ca. 1 kg) - zum Beispiel Karotten, Zucchini, Zwiebeln, grüne Spargel, Radieschen und eine Handvoll frische Kräuter. Lassen Sie sich von der Jahreszeit inspirieren.

**Dressing:** 1 EL Senf, 1 EL Essig, 1 Prise Pyramidensalz, 1 dl geschmacksneutrales Öl, 11 TL Honig, 1 EL Mermaid's Bite.

#### **SO WIRD'S GEMACHT**

Senf, Salz und Essig zusammenschlagen. Dann das Öl langsam in die Mischung schlagen und Honig und Mermaid's Bite hinzugeben. Der Dressing sollte 1 Stunde ziehen. Grillen Sie das Gemüse, bis es gar ist, aber immer noch Biss hat. Wenden Sie das warme Gemüse im Dressing und richten alles auf einer Platte an - mit frischen Kräutern garnieren und servieren.