

BBQ Lachsfilet Südstaaten

für 1 Person

Vorbereitungszeit

2 Minuten

Kochzeit

10 Minuten aktiv, 0 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 5.80

Nährwert pro Rezept

340 Kcal, 22 g Fett, 1 g KH

Zutaten

150 g Lachsfilet

Marinade

5 g Südstaaten (RL Gewürz)

1 g Senf mild

1 g Dill, gehackt

1 g Honig

1 g Sonnenblumenöl

1

Fisch mit Marinade einreiben
ca. 10 - 30 Min. ziehen lassen
beidseitig 2 -3 Min. anbraten