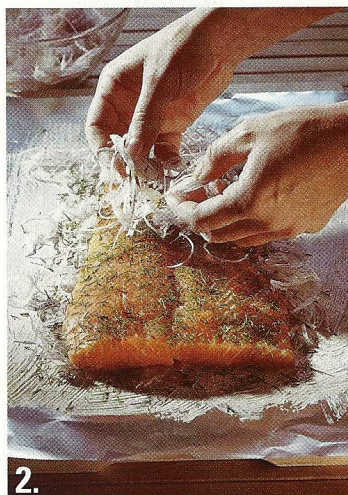


## Schritt für Schritt



1.

Die Hälfte der Butter auf die Alufolie streichen. Die Hälfte der Schalotten und des Dills darauf verteilen.



2.

Lachsfilet beidseitig würzen, auf die Schalotten legen. Mit restlichem Dill und Schalotten bedecken. Restliche Butter darauf verteilen.



3.

Folienkanten aufeinanderlegen, mehrmals umschlagen. Enden der Folie ebenfalls mehrmals umschlagen.



## Lachsfilet in Folie

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.  
Für 1 Alufolie von ca. 40×45 cm  
Grillieren: ca. 12 Min.

leicht

**20 g gesalzene Butter**, in Stücken, weich

**100 g Schalotten**, längs gehobelt

**1 Esslöffel Dill**, fein gehackt

**600 g Lachsfilet ohne Haut**, graue Fettschicht entfernt

**½ Teelöffel Salz**

**wenig Pfeffer** aus der Mühle

Fisch in Alufolie packen (siehe kleine Bilder 1–3).

### Grillieren

**Holzkohlengrill:** Fisch beidseitig je ca. 6 Min. über mittelstarker Glut grillieren.

**Gas- oder Elektrogrill:** Fisch beidseitig je ca. 6 Min. auf mittlerer Stufe (ca. 200 Grad) grillieren.

**Pro Person:** 14 g Fett, 28 g Eiweiss, 1 g Kohlenhydrate, 1006 kJ (241 kcal)



**Gewusst warum:** Über der Glut entsteht in der gut verschlossenen Alufolie Dampf, der nicht entweichen kann, so gart der Fisch sanft und bleibt schön saftig und zart. Auch die Aromastoffe der Kräuter entfalten sich bei dieser Grillmethode optimal, und die Kräuter können nicht verbrennen.