



## MEIN GENUSS



### Makrele im Backofen



#### It's a match!

It's a match! Unser Seafood Gewürzset lässt keine Wünsche offen. Mit diesem Set schmeckt der Fisch so frisch wie im Urlaub. Der Makrelen- Pfeffer sorgt für den extra Pepp!



Vorbereitung  
**15 min**



Niveau  
**Mittel**



Zubereitung  
**20 min**

### Zubereitung

- 1 Zuerst müssen die Zutaten vorbereitet werden. Dafür die Chilischote waschen, den Stiel abschneiden und mit den Kernen in feine Ringe schneiden. Die Kräuter abbrausen, trockenschütteln und grob hacken. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Auch die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Die Zitrone waschen und in dünne Scheiben schneiden und zuletzt die Lorbeerblätter zerkrümeln.
- 2 Die vorbereiteten Zutaten mit **Olivenöl**, Wein und Wacholderbeeren in einer länglichen Form verrühren.
- 3 Die Makrelen waschen und trockentupfen. Danach die Haut und das Fischfleisch mehrmals schräg (nicht zu tief) einschneiden. Die Makrelen in die Marinade legen und abgedeckt im Kühlschrank 12 Stunden ziehen lassen, dabei öfters wenden.
- 4 Den Backofengrill auf **220 Grad** vorheizen. Die Makrelen aus der Marinade nehmen und Zwiebelringe und alle anderen festen Zutaten abstreifen. Die Fische nun innen und außen mit **Makrelen-Pfeffer** und **Salz** würzen. Danach auf einen Rost legen.
- 5 Ca. **20 Minuten im Backofen** grillen, bis sie schön knusprig sind. Dabei immer wieder umdrehen und zwischendurch mit der Marinade bepinseln.

### Zutaten

4 Makrelen  
1.5 TL Makrelen-Pfeffer  
4 Salbeiblätter  
etwas Thymian  
4 Wacholderbeeren  
2 Knoblauchzehen  
50 ml Olivenöl  
125 ml trockener Weisswein  
2 Lorbeerblätter  
1 Bio-Zitrone  
1 Rote Zwiebel  
2 Zweige Rosmarin  
1 Chilischote  
Salz

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt\* auf deine nächste Bestellung.

\*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 21.08.2026.