

Okoń z grilla

Składniki

labraks
miód
odrobina octu
sól
sfermentowany pieprz
cebula
limonka
świeże zioła

Przygotowanie:

1. [Deskę cedrową](#) moczymy w wodzie przez około 30 minut. Dodaje ona aromatu potrawie i możemy jej używać kilka razy. Deskę wrzucamy na ruszt i czekamy, aż się nagrzej. Kiedy zacznie „strzelać” obracamy ją.
2. Przygotowujemy [marynatę](#) do ryby z miodu, octu, soli i pieprzu sfermentowanego. Gotową mieszanką polewamy rybę. Cebulę i limonkę kroimy na plastry. Tymi składnikami faszerujemy [rybę](#). Możemy dodać też świeże zioła. Okonia marynujemy przez około 20 minut.
3. Na desce cedrowej kładziemy świeże zioła i układamy [rybę](#). Na rozgrzany brykiet wrzucamy gałązkę świeżego rozmarynu. Okonia po kilku minutach przewracamy na drugą stronę. Kiedy [grill](#) jest nagrany do około 60 stopni (temperatura maksymalna) zdejmujemy [rybę](#) z rusztu i obieramy ją ze skóry.