

Flüsse der Genüsse

Forellen mit Knoblauch

Für 4 Personen

Zutaten

4 frische Bachforellen, küchenfertig vorbereitet, etwas Mehl, Salz, Pfeffer, Zitrone nach Bedarf, Butter, Öl, Knoblauch, nach Bedarf, 1 Bund Petersilie

Zubereitung

Petersilie und Knoblauch fein hacken. Die Forellen innen und außen salzen, pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln, und beidseitig in Mehl wenden. Butter und Öl (halb/halb) in der Pfanne heiß werden lassen, die Fische links und rechts Gold angebraten.

Anschließend lässt man die Forellen, je nach Größe, noch 6 – 8 Minuten, im Backrohr bei ca. 180 Grad nachgaren.

In der Pfanne Butter mit Kräutern und Knoblauch aufschäumen lassen und über die angerichteten Forellen geben. Mit Zitronengarnitur und Petersielkartoffel servieren.