

## Forelle geröstet

Rezept für 4 Personen

- 4 Forellen à 250 g
- Salz
- 4 Stängel Petersilie
- Pfeffer
- 4 Stängel Dill
- Rosmarin
- 2 EL Semmelbrösel
- Estragon 30 g
- Butter
- 1 EL Mehl
- Öl

Für die Buttersauce:

- 100 g Butter
- 1 Bund Petersilie
- Salz
- 1 Zitrone
- 2 TL Zitronensaft

Forellen ausnehmen, waschen und trocknen.

Tiefgekühlte auftauen lassen. Innen und außen mit Zitronensaft beträufeln. Petersilie waschen, trocken tupfen. In jeden Fisch einen Stängel legen. 30 Minuten ziehen lassen. Abtrocknen, salzen und pfeffern.

Je 1 Stängel Dill, Rosmarin und Estragon in die Fische legen. Dann werden sie dünn mit Mehl bestäubt, mit zerlassener Butter beträufelt und in Semmelbröseln gewendet. Bratrost mit geölter Alufolie überziehen. Fische drauflegen und in den vorgeheizten Ofen schieben. Backzeit: Auf beiden Seiten je 7 Minuten / Elektroherd: 200°C Inzwischen die Butter für die Sauce in einer Pfanne erhitzen. Abschäumen, mit Salz und Zitronensaft würzen. Petersilie waschen und trocken tupfen. Etwa 5 Stängel fein hacken und in die Buttersauce rühren. Fisch aus dem Ofen nehmen. Auf einer vorgewärmten Platte anrichten.

Mit restlichen Petersilie und Zitronenrädern garnieren. Buttersauce in einer kleinen Sauciere extra reichen.