

Forellen mit Zitronenbutter

(für 4 Portionen)

1100 kcal / 4600 kJ pro Portion

Zutaten:

4 Scheiben Toastbrot, 250 g Butter, 2 unbehandelte Zitronen, 1 Bund glatte Petersilie, 4 frische Forellen, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 4 EL Keimöl, 200 ml trockener Weißwein.

Zubereitung:

1. Das Brot entrinden, in 1 cm große Würfel schneiden, in 200 g heißer Butter rundherum hellbraun braten. Butter abgießen, aufbewahren. Brotwürfel auf Küchentrepp abtropfen lassen.
2. Von 1 gewaschenen Zitrone die Schale dünn abschälen und in feine Streifen schneiden. Dann beide Zitronen so schälen, daß auch die weiße Haut entfernt wird, Filets heraustrennen. Petersilie waschen, Blätter von den Stielen zupfen.
3. Die ausgenommenen Forellen vorsichtig unter fließendem Wasser waschen, trockentupfen. Innen und außen salzen und pfeffern. Die Haut jeweils auf einer Seite gut 1 cm tief einschneiden, die restliche Butter in Flöckchen in den Einschnitten verteilen.
4. Die Forellen in eine Auflaufform legen, mit Öl und Weißwein umgießen. Im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten bei 200 Grad etwa 20 - 25 Minuten garen.
5. Die Butter von den Brotwürfeln kräftig aufschäumen lassen. Brotwürfel, Zitronenfilets und -streifen dazugeben, kurz erhitzen. Petersilienblätter untermischen.
6. Die Forellen portionsweise auf Tellern anrichten, mit der Zitronenbutter übergießen. Dazu schmecken grüne Bohnen mit Kirschtomaten und Kartoffeln.