

Forellenzucht



Inh.: Peter Voss **Charandt**[®]

„Forelle blau“

Zutaten für 4 Personen

4 frische ausgenommene Forellen, 1 Tasse Essig, Salz, 1-2 l Wasser, 1 Schuss Weißwein, Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Zitrone, Wurzelgemüse

1. Die frischen ausgenommenen Forellen werden unter kaltem Wasser gesäubert bzw. ausgewaschen (den Schleim und die Schuppen nicht entfernen) und von innen leicht gesalzen. Große Forellen können auch geteilt (Kopf- und Schwanzstück) werden.
2. Die Forellen mit Essig begießen, damit sie schön blau werden.
3. Das Wasser mit Salz, Weißwein, einem Schuss Essig, dem Wurzelgemüse, 3 Lorbeerblättern und 5 Pfefferkörnern zum kochen bringen.
4. Die Forellen vorsichtig in das kochende Wasser geben und dann 15 bis 20 Min. ziehen lassen.
5. Die Fische vorsichtig aus dem Sud heben und auf vorgewärmten Tellern servieren.

Als Beilage passen Petersilienkartoffeln und Rotkohl sowie zerlassene Butter. Ebenso ist es möglich einen frischen Gurkensalat zu reichen.

Tipp: Der Sud kann als Grundlage für eine Fischsuppe verwendet werden.