

Forelle braten

Zutaten:

4 Forellen

4 Zweige Dill

2 Zitronen

Bund Petersilie

Mehl

Pfeffer

Salz

8 EL Olivenöl (Butterschmalz)

2 EL Butter

Herstellung

Die Forellen waschen und trocken tupfen. Mit Pfeffer und Salz innen und außen würzen. Dill abspülen, trocken tupfen und je einen Zweig in jede Forelle legen. Die Petersilie abspülen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen und diese zum Dill in die Forellen geben. Die Fische nun in Mehl wälzen.

Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Forellen im heißen Fett auf jeder Seite etwa 5 - 10 Minuten (hängt von der Größe der Fische ab) braun braten. Auf Tellern mit je einer Zitronenspalte anrichten.

Wer möchte, kann etwas Fett aus der Pfanne über die Forellen gießen.