

KÜCHEN-HANSEN



Die Marke des Nordens!



AEG-Dampfgarerer Rezepte

Rezept für 4 Personen

Gebackene Petersilienforelle

Ausgesprochen einfach und dennoch immer wieder saftig und lecker – dank klassischer Garmethoden.

Vorbereitung und Zubereitung:

1. Die Petersilie zupfen und fein hacken, die Stängel aufbewahren. Die gehackte Petersilie mit den Semmelbröseln mischen und auf einen großen Teller geben.
2. Die Forellen salzen, mit der Butter einreiben und in den Semmelbröseln wälzen.
3. Die Forellen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Die Zitrone in dünne Scheiben schneiden. Die Forellen mit den Petersilienstängeln und je 2 Scheiben Zitrone füllen.
4. Die Forellen auf der Einschubebene 2 im Programm „Heißluft mit Ringheizkörper“ bei 230 °C für 15 Minuten backen. Nach der Hälfte der Zeit die Forellen wenden.

Anrichten

Die ganze Forelle mit gedämpften Kartoffeln und Salat (nicht abgebildet) servieren. Dieselbe Zubereitungsart eignet sich für Lachsforelle und Bachsaibling..



perfekt in form und funktion



Zutaten:

4 Forellen à 350 g
100 g Butter, zimmerwarm
100 g Semmelbrösel
2 Bund Petersilie
1 Zitrone
Salz

Informationen:

Schwierigkeit: mittel
Zeit: 15 Minuten
Temperatur: 230 °C
Programm: Heißluft mit Ringheizkörper
Einschubhöhe: 2 (mittel)

Geheimtipp des Küchenchefs

Fisch lässt sich nach dem Garen viel leichter entgräten. Machen Sie einen Schnitt entlang der Mittelgräte, dann lässt sich das Filet anheben. Ziehen Sie die Mittelgräte anschließend vom Schwanz her einfach ab.

Filiale

24963 Tarp

Bahnhofstraße 2a • Tel. 0 46 38 / 76 08

Firmensitz - Inhaber: Maik Hansen

25821 Bredstedt

Osterstraße 29 • Tel. 0 46 71 / 93 00 89