

Frische Forelle mit Salbeifüllung und neuen Butter-Petersiliekartoffeln - Für vier Personen

Rezept von Christopher Heinze

Zutaten:

4	frische Forellen
1	Bund frischer Salbei
3	Zitronen
300 g	Butter
4 - 5	Esslöffel Mehl
	Bratolivenöl
10 –12	mittelgroße neue Kartoffeln
1 Bund	frische Petersilie
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die frischen, ausgenommenen Forellen mit kaltem Wasser abspülen und anschließend mit dem Saft von ca. 2,5 Zitronen übergießen (säuern).

Den Salbei waschen und fein schneiden, 1/5 davon beiseite legen.

Die Forellen innen salzen und pfeffern, mit Salbei und je einem kleinen Stück Butter füllen.

Die gefüllten Forellen kurz leicht in Mehl wenden. In einer Pfanne mit heißem Bratolivenöl bei 160 – 180 Grad kurz anbraten. Und dann ca. 10-14 Minuten bei mittlerer Hitze fertig braten.

Währenddessen gekochte und geviertelte Kartoffeln in einer Pfanne in heißer Butter andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die gewaschene und fein gehackte Petersilie dazu geben und noch kurz durchziehen lassen.

Die restliche Butter in einem Topf zergehen lassen und mit dem Saft einer halben Zitrone, Salz und Pfeffer bräunen. Den restlichen, geschnittenen Salbei dazu geben.

Die Forelle und die Kartoffeln auf einem Teller anrichten und mit der Zitronen-Salbei-Butter übergießen.