

Forelle in Folie mit Salzkartoffeln, Zitronen-Butter-Soße

Für zwei Personen

1 Regenbogenforelle	3 festk. Kartoffeln	3 Zitronen
1 Knoblauchzehe	125 g kalte Butter	200 ml Fischfond
3 EL Olivenöl	1 Bund Thymian	1 Bund Dill
Zucker	schwarzer Pfeffer, Salz	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Wasser und Salz zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, vierteln, in den Topf geben und kochen lassen. Eine Zitrone halbieren und auspressen. Die Forelle waschen und trocken tupfen. Die Haut der Forelle mehrmals einschneiden, mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend den Dill und den Thymian zupfen und klein hacken. Den Knoblauch abziehen und pressen. Die Zitronenschale einer Zitrone reiben und anschließend die Zitrone auspressen. Den Dill und den Thymian zusammen mit dem Olivenöl, etwas Zitronensaft und der Zitronenschale verrühren und ziehen lassen. Anschließend die Einschnitte der Forelle mit der Kräuter-Öl-Masse füllen und die Forelle in Alufolie eingewickelt auf das Backblech legen und ca. 20 bis 25 Minuten garen lassen. Die restliche Zitrone auspressen und den Saft zusammen mit dem Fischfond zum Kochen bringen. Die kalte Butter in Stückchen unterschlagen, bis eine sämige Sauce entsteht. Anschließend mit Salz, etwas Zitronenabrieb und einer Prise Zucker würzen. Die Kartoffeln abgießen. Die Forelle in der Folie mit den Salzkartoffeln und der Zitronen-Butter-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Stefanie Blamberger am 10. Oktober 2012