

Rezept

Gebratener Saibling im Schinkenwickel

Ein Rezept von Gebratener Saibling im Schinkenwickel, am 20.04.2024

Zutaten

- | | |
|---|---------------------------------------|
| 2 küchenfertige Saiblinge (oder Forellen; je 250 g) | Salz |
| schwarzer Pfeffer | 4 Stängel Dill oder glatte Petersilie |
| 2 lange Scheiben mild gesalzener Rohschinken | 3 EL Olivenöl |
| 1/2 Zitrone | Holzspießchen |

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 410 kcal

Zubereitung

1. Die Saiblinge kalt abspülen, trocken tupfen und innen und außen mit Salz und Pfeffer bestreuen.

2. Dill- oder Petersilienstängel waschen und trocken schütteln. Je 2 Stängel in jeden Fisch legen. Um jeden Saibling 1 Scheibe Schinken wickeln. Die Öffnungen mit Holzspießchen zustecken.

3. Das Öl in einer großen Pfanne mittelstark erhitzen. Die Fische darin von jeder Seite in 4-5 Min. knusprig braun braten; gelegentlich vorsichtig wenden.

4. Die Fische auf vorgewärmte Teller legen. Die Zitronenhälfte vierteln und zum Beträufeln dazureichen.