

Rezept

# Kräuterforellen mit Speck

Ein Rezept von Kräuterforellen mit Speck, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>100 g</b> durchwachsener Speck	<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln
<b>50 g</b> Butter	je 1 Bund Petersilie und Dill
<b>4</b> küchenfertige Forellen (à ca. 350 g)	Salz
Pfeffer	½ Bio-Zitrone
<b>1</b> Lorbeerblatt	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal

## Zubereitung

1. Römertopf wässern. Speck fein würfeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in kleine Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und den Speck darin knusprig auslassen. Zwiebeln zugeben, kurz mitdünsten und vom Herd nehmen.
2. Kräuter waschen und trocken tupfen. Forellen innen und außen waschen und trocken tupfen. Innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte der Petersilie und den gesamten Dill in den Bauchhöhlen der Fische verteilen. Fische in den Römertopf legen.
3. Zitrone waschen, in dünne Scheiben schneiden und zwischen den Fischen verteilen. Restliche Petersilie im Topf verteilen und die Speckmischung auf die Fische geben. 50 ml Wasser in der Speckpfanne schwenken und zu den Fischen gießen. Lorbeerblatt zugeben und alles zugedeckt bei 220° (Umluft 200°) 70 Min. garen. 10 Min. vor Garzeitende Deckel abnehmen und offen fertig garen. Dazu schmecken Salzkartoffeln und Gurkensalat.