

Rezept

Lachsforelle mit Kräuterfüllung im Salzmantel

Ein Rezept von Lachsforelle mit Kräuterfüllung im Salzmantel, am 28.06.2026

Zutaten

1 große, küchenfertige Lachsforelle (etwa 1,2 kg)	Salz
Pfeffer	3 EL Zitronensaft
40 g Rucola	1 Bund Petersilie
2 EL Olivenöl	2 ½ kg grobes Meersalz
2 Eiweiße	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 260 kcal

Zubereitung

1. Die Lachsforelle kalt waschen und trockentupfen. Innen und außen mit Salz und Pfeffer und 1 EL Zitronensaft würzen.

2. Rucola und Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blätter grob hacken. Kräuter mit Salz, Pfeffer, übrigem Zitronensaft und Öl mischen und in die Bauchöffnung des Fisches füllen.

3. Den Backofen auf 220° vorheizen. Das Meersalz mit den Eiweißen und 200 ml kaltem Wasser zu einer streichfähigen Masse verrühren. Die Hälfte davon auf ein Backblech oder die Fettpfanne des Backofens geben und glatt streichen. Lachsforelle auf das Salzbett setzen. Mit der übrigen Salzmasse bestreichen und fest andrücken.

4. Die Lachsforelle im Ofen (Mitte, Umluft 200°) 30 Min. garen, dann 10 Min. im abgeschalteten Ofen ruhen lassen.

5. Die Salzkruste mit einem Hammer oder Sägemesser aufbrechen und abheben. Den Fisch mit Röstkartoffeln, Kräuter-Remoulade und Tomaten-Basilikum-Sauce servieren.