

Rezept

Lauch-Forelle aus dem Ofen

Ein Rezept von Lauch-Forelle aus dem Ofen, am 25.04.2024

Zutaten

2 TK-Forellen, küchenfertig (à 350 g)	2 EL Zitronensaft
Salz	Pfeffer
400 g kleine neue Kartoffeln	40 g Kräuterbutter
250 ml Hühnerbrühe	1 Stange Lauch
150 g Kirschtomaten	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Backofen mit Blech auf 200° vorheizen. Forellen 10 Min. antauen lassen, lauwarm waschen, trocken tupfen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Kartoffeln waschen, längs vierteln und mit den Forellen auf das heiße Blech legen. Butter zerlassen, darüberträufeln. Brühe angießen. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) 20-25 Min. garen.
2. Inzwischen Lauch waschen, putzen, das Weiße und Hellgrüne schräg in Ringe schneiden. In kochendem Salzwasser 1 Min. garen, abschrecken und abtropfen lassen. Tomaten waschen, mit dem Lauch zusammen 5 Min. vor Ende der Garzeit auf dem Blech verteilen.