



R e z e p t



Forelle in Weinmarinade

Zutaten für 4 Personen

- 4 Forellen
- 2 Zwiebeln
- 1 Möhre
- 3 Lorbeerblätter
- 3 Zweige Thymian
- 1 TL Pfefferkörner
- 1 TL Zucker
- 1 TL Meersalz
- 1 Flasche trockener Weißwein
- 50 ml Weißweinessig
- 1 kleine Zitrone, davon der Saft

Zubereitung

- Die Zwiebeln längs halbieren und quer in dünne Streifen schneiden. Möhre in dünne Scheiben.
- Zusammen mit allen anderen Zutaten (außer Forellen) 10 Minuten köcheln, dann die gut mit Wasser abgewaschenen Forellen in den Sud einlegen. Wieder erhitzen und 10 Minuten lang bei niedriger Hitze eher sieden als köcheln.
- Im Sud abkühlen lassen und bis zum Verzehr im Kühlschrank aufbewahren.
- Mit Pellkartoffeln oder Graubrot und Butter servieren.

„Alles in Butter“ vom 24. August 2024
Autor: Helmut Gote
Redaktion: Heiko Hillebrand