



Kochen
mit Globus


Gebratene Bachforelle
mit Grumbercher und
jungem Lauch in Rahm




Zutaten:

4 Forellen (optional ohne Kopf)	300 ml Sahne
100 g Mehl	1 Zitrone
600 g junge Kartoffeln mit Schale	100 g Butter
800 g Lauch	30 ml Weißwein
200 g Zwiebeln	etwas Öl
	Salz, Pfeffer und Petersilie

*Dazu passt:
ein trockener Weißwein*

 4 Personen

 45 Min.

 Schwierigkeitsgrad



Schauen Sie das
passende Zubereitungs-
video auf YouTube an!

www.youtube.de/Globus

Zubereitung:

Die Forellen unter kaltem Wasser abspülen und mit einem Tuch trocken tupfen. Anschließend in Mehl wenden und gut abklopfen. Von beiden Seiten in etwas Öl anbraten, danach im Backofen bei 160 °C Umluft fertig garen.

Die Kartoffeln abwaschen und in reichlich gesalzenem Wasser kochen. Den Lauch in feine Ringe schneiden, waschen und gut abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

Die Zwiebeln zusammen mit dem Lauch in etwas Öl anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Die Sahne hinzugeben und so lange kochen lassen, bis der Lauch leichten Biss hat. Die Butter bei kleiner Temperatur schmelzen, die gehackte Petersilie zugeben. Vom Herd nehmen und mit etwas Saft von der Zitrone verfeinern. Beim Anrichten die Butter über die Forellen geben.

