






Ofenforelle auf Wurzelgemüse

 Leicht  40 min  4 Personen

Zutaten

- 4 Forellen à 350 g, frisch, küchenfertig
Art.-Nr. 80098 auf www.deutschesee.de/shop
- 1 Bund Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- 1 Bund Möhren
- 4 Pastinaken
- 1/2 Steckrübe
- 2 rote Zwiebeln
- Olivenöl
- 4 EL Walnusskerne
- 4 EL Butter

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

Zubereitung

Schritt 01

Die Forellen von innen und außen unter fließendem, kaltem Wasser spülen und abtropfen lassen. Die Petersilie grob hacken. Die Forellen von innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen und den Bauchraum der Forellen mit der gehackten Petersilie füllen.

Schritt 02

Das Gemüse schälen, die Möhren und Pastinaken längs vierteln, die Steckrübe in lange Stifte schneiden und die Zwiebeln in Scheiben hobeln. Das Gemüse in Olivenöl kräftig anbraten, würzen und auf ein tiefes Backblech geben.

Schritt 03

Die Forellen auf das Gemüse legen und das Blech im vorgeheizten Ofen, bei 200°C für 20 Minuten garen. Währenddessen die Walnüsse trocken in der Pfanne rösten und danach grob hacken.

Schritt 04

Die Butter aufschäumen, bis sie braun ist. Die gehackten Nüsse in der Butter schwenken und über die Forellen träufeln. Die Forellen auf dem Backblech am Tisch servieren.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür