Forelle (blau) in Folie mit Kartoffeln und Salat

Kategorien: Fisch/Krustentiere, Fischgerichte, Kartoffelgerichte, Vegetarisch
Land / Stil: k.A. / k.A.
Bewertung: (noch nicht bewertet)



Zutaten

4 Forellen
4 EL Zitronensaft, Salz
4 Knoblauchzehen, fein gehackt
4 TL Pflanzenöl
1 kg Kartoffel
4 TL Butter
1 Kästchen Kresse
4 TL Butter
1 Kopfsalat
Dressing

2 EL Balsamicoessig
4 TL Olivenöl
Salz, Pfeffer, Senf
1 Bund Schnittlauch

Zubereitung

Forellen säubern.
Mit Zitronensaft und Öl beträufeln, salzen und den Knoblauch in die Forellen geben.
Fische einzeln auf ein großes Stück Alufolie legen und sorgfältig schließen.
Auf einem Backblech im vorgeheizten Rohr bei 200 Grad Celsius etwa 25 Minuten garen.

Währenddessen die Kartoffeln mit Schale im Druckkochtopf in wenig Wasser dämpfen.
In Butter schwenken und mit Kresse garnieren.
Den Salat putzen, waschen und mit dem Dressing anrichten.