

Roter Regenbogen (Forelle)

Zutaten f. 2 Pers.: 1 Regenbogenforelle mind. 400 g

Alufolie extra stark

Für die Füllung:

2 Scheiben Zitrone

4 Lorbeerblätter

Salz, Pfeffer, Weißwein, Margarine

Zum Bestreichen:

1/2 EL weißer Pfeffer

1 EL Öl

1 TL trockener Sherry

1 EL gem. roter Paprika

Zubereitung: Fisch säubern, Kopf und Schwanz bleiben dran.

Innen salzen und pfeffern.

Zitronenscheiben in Stücke schneiden und zusammen mit den Lorbeerblättern und etwas Margarine in die Leibeshöhle füllen.

Einen Schluck Weißwein vorsichtig hineingießen.

Den Fisch auf ein ausreichend großes Stück Alufolie legen und mit der Mischung aus Öl, Sherry, Pfeffer und Paprika dick bestreichen.

Folie um den Fisch falten, Ränder umlegen.

Das Folienpaket kommt in eine feuerfeste Form und dann für ca. 30 min. in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen.

Dazu schmecken Kartoffeln oder Reis und ein kühles Bier.

Zubereitungszeit: ca. 45 min.