

Gefüllte Forelle auf Blattspinat

Ostmann Bratfisch Gewürzsalz

ist zum Braten, Grillen, Dünsten und Garen von ganzen Fischen in Folie, sowie von Fischfilets besonders geeignet.

Bestandteile: Salz, Geschmacksverstärker, Mononatriumglutamat, Porree, Säuerungsmittel, Zitronensäure, Senfmehl, Sellerie, Zwiebeln, Petersilie, Rosmarin, Knoblauch, Chillies

Fischfilet:

Beutelinhalt reicht für ca. 800 g Fischfilet. Bitte kein Salz hinzufügen!

Dosierung:

1 gestr. TL Bratfisch Gewürzsalz für ca. 100g



Zutaten:

4 Forellen, ganz ausgenommen (ca. 1.200 g)
600 g Blattspinat, küchenfertig, tiefgekühlt, oder nur fertigen Spinat
400 g Crème-fraiche (2 Becher)
1 3/4 Beutel Ostmann Bratfisch Gewürzsalz
4TL Ostmann Kerbel gerebelt
4 gehäufte TL Butter
Alufolie

Zubereitung (ca. 4 Portionen)

- Blattspinat oder Spinat auftauen lassen. Für die Füllung 2 Becher Crème-fraiche, 1 Beutel Bratfisch-Gewürzsalz und Kerbel miteinander verrühren.
- Forellen entschuppen, waschen, mit Essig abreiben, trocken tupfen und von jeder Seite mit jeweils ca. 1/2 TL Bratfisch Gewürzsalz einreiben.
- 4 Stck. Alufolie zurechtlegen. Blattspinat ausdrücken, in 4 Portionen teilen, jeweils auf die Alufolienmitte geben und Butterflocken darauf setzen.
- 4 Forellen auf den Blattspinat legen, die Bauchhöhlen mit der angerührten Crème-fraiche-Masse füllen, die Alufolie ringsherum schließen.
- Die Forellen in Folie im vorgeheizten Elektrobackofen bei 200°C (Heißluft 180°C) ca. 25 Min. garen.
- Dazu Reis oder Salzkartoffeln servieren.

E.Hentschel

