

**Vorbereitungszeit:** 45 Minuten  
**Zubereitungszeit:** 15 Minuten } **1 Stunde**

ZUTATEN / Portionen		4	6
Forellen zu ~ 350 g / Stück	St	4	6
Wasser	ml	3000	4500
Zwiebeln zerkleinert	St	2	3
Salz	EL	2	3
Wacholderbeeren	TL	1	1½
Pfefferkörner schwarz	TL	1	1½
Lorbeerblätter	St	3	5
Weinessig weiß	ml	250	375
Suppengrün gewürfelt	g	100	150
Kartoffeln	g	500	750
Petersilie	EL	1	1½
Butter	g	120	180

## VORBEREITEN:

1. Wasser mit Zwiebeln, Salz, Wacholderbeeren, Pfefferkörnern, Lorbeerblättern und Suppengrün zu einem kräftigen Sud 30 Minuten köcheln lassen. Weinessig<sup>1</sup> zufügen.

<sup>1</sup> Der Essig kann anstelle im Sud separat aufgekocht und über die Forellen gegossen werden bevor sie im Sud gegart werden.

2. Die ausgenommenen (ohne Kiemen) Forellen mit nassen Händen vorsichtig abspülen (Schleim muss wegen Blaufärbung erhalten bleiben). Innen leicht salzen.

## ZUBEREITUNG:

1. Forellen in die leicht köchelnde Brühe geben und bei abgeschaltetem Herd im Sud zugedeckt 10-12 Minuten ziehen lassen
2. Wenn Rückenflosse leicht heraus zu ziehen ist die Forelle gar.

## BEILAGEN / GETRÄNKE:

- \* Salzkartoffeln mit fein gehackter Petersilie und ausgelassener Butter, grüner Salat.



Backofen	Leiste	Grad	Stunden	Minuten
Umluft	2. v. u.			
Unter- u. Oberhitze	2. v. u.			