

Kräuterforelle aus dem Ofen (2 Personen)

2	Forellen, küchenfertig
	Salz
1½ Bund	gemischte Kräuter, z. B. Petersilie, Rosmarin, Thymian
½	Zitrone
2 TL	Olivenöl

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf **170 °C** vorheizen.
2. Fische kalt abspülen und trocken tupfen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Fisch innen und aussen mit Salz würzen.
3. Die Hälfte der Kräuter in die Fischbäuche legen. Rest darauflegen. Zitrone in Scheiben schneiden und dazulegen. Alles mit Öl beträufeln.
4. Dampfgaren (Stufe 17) **95 Grad 15 Minuten** garen.

DAZU PASST

- Dampfkartoffeln