



Regenbogenforellen in Sauerampfer gegart

Zubereitung

Die Forellen putzen. Den Sauerampfer vom Stengel abziehen und kleinschneiden. Auf Alufolie etwas Sauerampfer legen. Darauf die Forelle betten, mit etwas Olivenöl beträufeln, würzen und mit Meerfenchel und Augenwurz innen füllen und außen bedecken.

Den Fisch und die Kräuter in die Alufolie einwickeln und das Ganze im Ofen garen.