Fisch in der Salzkruste

Der Fisch in der Salzkruste bleibt beim Garen schön saftig. Für das Rezept sollte man möglichst grobe Salzkörner verwenden.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

1 Stk.	Forelle
1 Stk.	Ei
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 Zweig	Petersilie
1 Stk.	Zitrone (in Spalten geschnitten)
4 EL	Wasser
1 Packung	Salzmischung (für Fisch)

Zubereitung

1. Der **Fisch in der Salzkruste** ist eine Köstlichkeit, die sich ganz einfach zubereiten lässt: Den Ofen auf Umluft 180 Grad vorheizen. Den Fisch gegebenenfalls ausnehmen, gründlich waschen und trockentupfen. Den Knoblauch schälen und in den Fisch legen, ebenso Petersilie und die Zitronenschale. Nicht würzen.

2. Das Ei trennen. Die fertige Salzmischung mit dem Eiweiß und dem Wasser in einer kleinen Schüssel verrühren. Ein Viertel der Salzmischung in der Aluform verteilen, sodass der Boden gut bedeckt ist. Den Fisch darauf legen, die verbleibende Mischung auftragen und etwas andrücken.

3. Zirka 13 bis 15 Minuten lang backen lassen, bis die Kruste hart geworden ist. Die Form herausnehmen, mit einem Messer die Salzkruste auf der Oberseite etwas ablösen und dann abnehmen.

Tipp

Zum Fisch in der Salzkruste schmecken Kartoffeln oder Reis und ein Salat.