Forelle mit Speck

Eine leckere Forelle mit Speck ist ein tolles Sonntagsessen. Mit diesem Rezept ist die Zubereitung kein Problem.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 13 min

Gesamtzeit: 28 min



Zutaten

4 Stk.	Forellen
200 g	Speck (Karreespeck)
200 g	Schalotten
4 Stk.	Knoblauchzehe
100 ml	Maiskeimöl
60 g	Mehl (zum Wenden)
1 Bund	Petersilie
100 g	Butter
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für die **Forelle mit Speck** Backofen auf 200°C vorheizen. Die Forellen unter fließendem kalten Wasser abbrausen. Innen und außen rundherum mit Salz und Pfeffer einreiben und beide Seiten in Mehl wenden.

2. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen und die Forellen darin von beiden Seiten 2-3 Minuten scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und im Backofen in einer feuerfesten Form weitere 10 Minuten garen.

3. In der Zwischenzeit Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Speck in Streifen schneiden und zusammen mit dem Knoblauch und den Schalotten in dem Bratenrückstand anrösten. Petersilie waschen, trockenschwenken, fein hacken und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Forellen auf Tellern anrichten und die Specksauce darüber gießen, servieren.

Tipp

Zur Forelle mit Speck passen Petersilienkartoffeln und frischer Blattsalat.