

Marinierte Forellenfilets

(kleine Vorspeise für vier Personen)

Zutaten: 4 kleine Forellenfilets (je ca 60gr), ohne Haut
1 gehäufter TL Salz
1 EL Zucker
1/2 TL Pfeffer (aus der Mühle)
einige Zweige Dill
Olivenöl

Zubereitung: Salz, Zucker und Pfeffer mischen.
Die Forellenfilets mit dieser Mischung einreiben. (Restliche Mischung kann einige Zeit aufbewahrt werden)
Anschliessend lagenweise Olivenöl, Forellenfilets und Dillzweige und wieder Olivenöl, Forellenfilets und Dillzweige usw. in einen dicht verschliessbaren Kunststoffbehälter geben.
Im Kühlschrank 2 Tage marinieren.
Pro Tag einmal wenden, damit die Filets von allen Seiten in der Marinade "baden".
Ca eine Stunde vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen.
Die Filets schräg in Stücke schneiden (ca 3 Stücke pro Filet) und anrichten.
Mit frischen Dillzweiglein und halbierten Cherrytomaten garnieren.

Forellenzucht Kräiligen GmbH

Familie U. Hostettler-Bärtschi, Solothurnstrasse 79, 3315 Kräiligen
Tel 032 665 24 24 www.forellenzucht-krailigen.ch
