

## REZEPTE

---

### ***Gegrillte Forelle mit Tomatensoße***

#### Zutaten für 4 Personen:

4 Forellen a 350 g, etwas Salz und frisch gemahlener Pfeffer, 4 Zweige Petersilie, einige frische oder getrocknete Thymianblättchen, 4 TL frische Butter.

Für die Sauce: 3 EL feines Pflanzenöl, 40 g fein gehackte Zwiebeln, 1 zerdrückte Knoblauchzehe, 40 g kleine Karottenwürfel, 4 EL trockener Rotwein, 300 g Tomaten 1/2 TL Salz, 1/4 TL Cayenne-Pfeffer, 1 TL gehackte Petersilie.

Die ausgenommenen Forellen auswaschen, austrocknen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. In jede Forelle ein Zweiglein Petersilie und etwas Thymian geben und die Bauchhöhle jeweils mit einem TL frischer, weicher Butter austreichen.

Für die Sauce das Pflanzenöl in einer Kasserolle erhitzen und die sehr fein gehackte Zwiebel und die zerdrückte Knoblauchzehe mit den Karottenwürfeln hell anschwitzen. Die Tomaten in kochendes Wasser tauchen, die Haut abziehen und den Stiel entfernen. Die Tomaten dann würfeln.

Die angeschwitzten Zwiebeln mit dem Rotwein ablöschen, die Tomaten zugeben und mit Salz und Cayenne-Pfeffer und der gehackten Petersilie würzen. Die Sauce dann etwa 10-15 Minuten köcheln lassen und sollte sie zu dickflüssig werden, mit etwa Fleisch- oder Hühnerbrühe strecken.

Die vorbereiteten Forellen auf dem Grillrost von beiden Seiten garen und mit der Tomatensauce und frischem Weißbrot oder Kartoffeln servieren.



### ***Geräucherte Forellen mit Kräuterremoulade und Sahne-Meerrettich***

#### Zutaten für 2 Personen:

2 fertig geräucherte Forellen aus unserem Räucherofen.

Für die Remoulade: 4 EL Mayonnaise, 4 EL Creme fraiche oder frische Sahne, 1 TL Zitronensaft, 2 EL fein gehackte Gewürzgurke, 2 EL fein gehackte, gemischte Kräuter, Salz und Pfeffer zum Nachwürzen, 4 TL Meerrettich aus dem Gals, 4 EL Schlagsahne, etwas Salz und Zucker.

Die Mayonnaise mit der Creme fraiche oder Sahne verrühren und mit dem Zitronensaft, der sehr fein gehackten Gewürzgurke, den Kräutern, Salz und Pfeffer verrühren.

Den Meerrettich mit der geschlagenen Sahne verrühren und mit einer Prise Zucker und Salz würzen.