

Saftige Forelle aus dem Backofen

| | | |
|--------------------------|--------------------|----------------|
| 1 1/2 EL Hähnchen-Gewürz | 3 EL Olivenöl | 1 Forelle |
| 1 Orange | 1 Zitrone | 1 rote Zwiebel |
| 1 Tomate | frische Petersilie | 1-2 Peperoni |

Die Forelle abwaschen, abtropfen mit Küchentüchern abtrocknen, großzügig mit Hähnchen-Gewürz bestreuen, innen und außen einreiben.

Das Gemüse in Scheiben schneiden, mit wenig Hähnchen-Gewürz bestreuen und einiges davon auch in die Forelle geben.

Petersilie in die Forelle geben.

Die Forelle mit dem Ofengemüse in den kalten Backofen bei 220° Ober- und Unterhitze 20-25 Minuten backen bis die Forelle Farbe angenommen hat. Danach herausnehmen und mit dem Ofengemüse servieren.

Tipp:

1 TL Tomatenmark mit dem Hähnchen-Gewürz vermischen.

NN am 13. Januar 2024