

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