



## Forelle im Mangoldmantel

**Zutaten:** 4 frische Forellen, Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, Saft von 1 Zitrone, 1 Zwiebel, 1 großer Bund Petersilie, Kräutersalz, 8 große Mangoldblätter, 40 g Butter  
für 4 Personen

**Zubereitung:** Die ausgenommenen Forellen unter fließendem Wasser waschen und abtupfen, innen und außen salzen, pfeffern und mit Zitronensaft beträufeln. Die Zwiebel leicht in Butter anrösten, gewaschene, klein geschnittene Petersilie dazugeben und mit Kräutersalz würzen und die Forellen damit füllen. Mangold waschen, trocken tupfen und die dicken Rippen flach schneiden. Jeweils eine Forelle mit zwei Mangoldblättern umwickeln, eventuell mit Zahnstochern oder Faden fixieren. Butter in einer großen Pfanne erhitzen, die Forellen darin auf jeder Seite ca. 5 - 7 Min. braten.  
Als Beilage schmecken frische, neue Kartoffeln.

Guten Appetit wünscht Ihnen

