



Fotos: F. Bönecke/J. Hennefarth

WILDE LACHSFORELLE

VON DER PLANCHA

*Nach Müllerin Art
mit Bratkartoffeln*

VON WILD REBELL JANNIK HENNEFARTH

ZUTATEN

FÜR 2 PERSONEN

FORELLEN

- › 2 Lachsforellen (je nach Größe)
- › etwas Mehl
- › Öl für die Plancha
- › Butter für die Forellen
- › Zitronen- oder Limettenscheiben
- › Petersilie und Dill, ggfs. andere Kräuter nach Gusto

BRATKARTOFFELN

- › Kartoffeln
- › Wasser
- › Etwas Öl zum Anbraten
- › Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

- › Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und in einen Topf mit Wasser geben, sodass die Stärke entzogen wird.
- › Forellen säubern, etwaige Blutreste entfernen und zum Trocknen aufhängen.
- › Kräuter waschen, trocken tupfen; halbe Zitronen- oder Limettenscheiben schneiden.
- › Das Wasser bei den Kartoffeln nach etwa 10 Minuten einmal wechseln.
- › Grill vorheizen, Forelle innen salzen und pfeffern, Kräuter und die Zitruscheiben hineinlegen. Noch 2–3 Butterflöckchen hinzugeben.
- › Die Forelle mit Mehl bestäuben.
- › Öl auf der Plancha erhitzen, die Forellen anbraten. Danach gleich die Bratkartoffeln ebenfalls goldgelb mitanbraten. Nach etwa 8 min. einmal wenden (abhängig von Größe des Fisches) und nochmals 8 min. braten. Die Forelle ist fertig, wenn sich mit einem Messer das Fleisch an der Wirbelsäule ohne Probleme wegschieben lässt.
- › Wer möchte, kann noch Butter auslassen und diese beim Essen auf die knusprige Haut geben.
- › Genießen!

*Auf der Pirsch
in den
Schwarzwaldtälern*

Für den jagdberuhigten Monat März haben wir uns etwas „Leichteres“ einfallen lassen: Fisch aus dem eigenen Revier! Angeln ist ja auch irgendwie Jagen, oder? Übrigens: Der genutzte Pelletgrill im revier-tauglichen Packmaß von Traeger eignet sich auch hervorragend, Brüstchen von Ente, Gans oder auch mal Taube heiß zu räuchern. Erhältlich ist er in einer Sonderausführung bei der Wild-Life-Style GmbH.