

# Forelle Müllerin



Rezept für 4 Portionen  
Dauer: ca. 50 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Weizenmehl (griffig)	Etwas / nach Bedarf
Knoblauchzehen	4 Stk.
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf
Salz	Etwas / nach Bedarf
Zitronen	1 Stk.
Forellen	4 Stk.
Olivenöl	Etwas / nach Bedarf

## Zubereitung:

4 Bögen Backpapier in Größe eines Backbleches zuschneiden. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden.

Forellen unter fließendem Wasser reinigen und mit Küchenkrepp abtrocknen. Mit Zitronensaft beträufeln, innen und außen salzen, pfeffern. Mit einem Teil der Knoblauchscheiben die Forellen füllen. Mit den restlichen Knoblauchscheiben belegen und in Mehl wenden.

Backpapier mit Olivenöl einpinseln jeweils eine Forelle darauflegen. Auf der Oberseite und am Rand mehrmals einschlagen und mit einer Heftmaschine fixieren.

Bei 180 Grad im Backrohr 15 Minuten garen lassen. Herausnehmen, den oberen Teil des Backpapiers abschneiden und auseinander ziehen. Forelle mit etwas Olivenöl bestreichen und weitere 10 Minuten bei 200 Grad fertig garen.

Mit Petersilkartoffeln und grüner Salat servieren.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1901-Forelle-Muellerin.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)