

# Zitronen-Kräuter-Lachsforelle

## ZUTATEN

- 4 Lachsforellenfilets, mit Haut  
(Alternativ 4 Stücke Lachsfilet à 150 g)
- 4 Bio-Zitrone
- 1 Limette
- 1 Bund glatte Petersilie
- 100 g Butter
- 3 – 4 EL Oliven- oder Rapsöl
- 2 Stangen Rosmarin
- 2 EL Agavendicksaft
- Steinsalz, Pfeffer



## ZUBEREITUNG

Auflaufform im Backofen bei 100 °C wärmen. Forellenfilets trocken tupfen, von restlichen Gräten befreien. Zitronen und Limette auspressen. Petersilie waschen und fein hacken.

Forellenfilets in einer heißen Pfanne in Öl auf der Hautseite anbraten. Rosmarinstangen darauf legen. Temperatur um die Hälfte reduzieren und den Fisch ca. 8 Minuten langsam weiterbraten. Fisch salzen und pfeffern, dann wenden, kurz die andere Seite anbraten, aus der Pfanne nehmen, in die Auflaufform legen. Den Backofen ausschalten, Fisch hineinstellen.

Schnell die Butter in die Pfanne geben, schmelzen lassen. Agavendicksaft und Zitronen- und Limettensaft zugeben. Einmal aufkochen lassen. Petersilie zugeben. Nicht mehr kochen lassen. Zitronenbutter über die Forellenfilets gießen und servieren.

*Gutes Gelingen und guten Appetit!*