



Marinierte Forelle aus dem Ofen

Zutaten

- 800 g Forelle, küchenfertig
- 1 Limette(n), unbehandelt
- 4 Slightly heaped teaspoons Rosmarin
- 1 Beutel MAGGI Fix für Seelachs in Kräuter-Sahne
- 3 EL Wasser

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Forellen waschen, trocken tupfen.
3. Limette(n) heiß abwaschen und in Scheiben schneiden. Rosmarin waschen und trocken schütteln.
4. MAGGI Fix für Seelachs in Kräuter-Sahne mit Wasser verrühren. Die Bauchhöhlen der Forelle(n) kräftig mit der Marinade einpinseln. Limettenscheiben und Rosmarinzweige darin verteilen. Die Forelle(n) außen mit der restlichen Marinade bestreichen und mit der leicht geöffneten Bauchunterseite in eine Auflaufform setzen. Im Backofen 20-25 Min. garen. Dazu schmeckt Kartoffelsalat.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	11 g
Energie	499 kcal
Fett	14 g
Protein	79 g

🕒 40 Minuten

⊕ 2 Portionen