

Dauer: Mittel

Kategorie: Hauptspeisen Vegetarisch

Saison: Ganzjährig

Für: 4 Personen

Verfasst von: Salzburg schmeckt, Martina Höfelmaier

Zutaten

2	große Forellen
1 BUND	Petersilie
1 BUND	Dill
1,5 KG	grobes Steinsalz
2	Eiweiß
	Salz

Zubereitung

1. Backrohr auf 180 °C Heißluft vorheizen.
2. Fische waschen und den Bauchraum salzen.
3. Kräuter grob hacken und die Fische mit den Kräutern füllen.
4. Steinsalz mit Eiweiß vermischen.
5. Einen Teil des Salzgemisches in einer Auflaufform verteilen und für jeden Fisch eine eigene Salzkruste herstellen.
6. Masse gut andrücken und ins vorgeheizte Backrohr schieben.

   Als Faustregel gilt: 15-20 Minuten Garzeit pro 500 g Fisch, also 1 kg Fisch braucht ca. 30-40 Minuten.

7. Nach der Garzeit den Fisch aus dem Rohr nehmen, die Salzkruste am besten mit einem Schnitzelklopfer sorgsam aufklopfen.
8. Fisch von der Haut lösen und die Mittelgräte entfernen.

Dazu passt im Herbst ein Ofengemüse: Erdäpfel- und Kürbisstücke mit Olivenöl, Rosmarin, Thymian und Salz im Rohr ca. 30-40 Minuten garen!

Auch Saibling lässt sich auf diese Weise wunderbar in der Salzkruste zubereiten.