

## ● Gegrillte Forelle mit BÄRLAUCH DIJONSENF SAUCE

.....für 4 Personen.....

4 küchenfertige Forellen  
Meerzalz & weisser Pfeffer a.d.Mühle  
etwas Olivenöl

.....

Dieses Gericht eignet sich zur Vorspeise mit etwas geröstetem Weißbrot & einem kleinen Rauke-Cherry-Tomatensalat und zur Hauptspeise mit Röstkartoffeln.

Zunächst die Forellen unter fließendem Wasser abspülen, trockentupfen, von beiden Seiten mit Öl bestreichen und ebenfalls beidseitig salzen und pfeffern.

Dann in einer ( am besten man benutzt 2 ) beschichteten oder noch lieber gußeisernen Grillpfanne von beiden Seiten jeweils 8 Minuten braten. Echte Naturburschen und die BBQ-Spezialisten schaffen das auch auf einem Holzkohlegrill.

Die BÄRLAUCH DIJONSENF SAUCE direkt auf den Teller geben und mit ein paar Cherrytomatenhälften dekorieren.

Jetzt hatten Sie wenig Arbeit beim Kochen und viel Zeit zum Geniessen!

Unsere BÄRLAUCH DIJONSENF SAUCE schmeckt auch sehr gut zu gebratenen Garnelen, Langusten oder einfach als Dip zu Gemüse. Wenn Sie mal einen köstlichen Kartoffel- oder -Nudelsalat in der Grillsaison zaubern müssen, eignet sich unsere Bärlauchspezialität auch dafür ganz hervorragend!