

## Fisch im Backpapier gegart

### Zutaten

4 Forellen á 300 g, fertig ausgenommen, alternativ Seewolf, Makrele, Rotbarbe, Dorade  
1 Zitrone  
½ TL Salz, Pfeffer  
1 Bund Dill oder mediterrane Kräuter  
Butter oder Öl  
Backpapier

### Zubereitung:

Den Fisch waschen und trocken tupfen. Zitrone auspressen, mit Salz und Pfeffer mischen und den Fisch damit außen und innen bestreichen. Kräuter waschen, klein hacken und in der Bauchhöhle des Fisches verteilen. Den Backofen auf 200° vorheizen.

Das Backpapier ausrollen und ca. 15 cm länger als ein Fisch abschneiden. Das Papier mit etwas Butter oder Öl bestreichen. Jeweils einen Fisch darauflegen und mit Butterflöckchen belegen. Die Päckchen schließen und so einwickeln und zubinden, dass kein Saft austreten kann.

Die Fische auf den Rost des Backofens legen und 20-30 Minuten bei 200° im vorgeheizten Ofen garen.

Beilage: Drillinge (kleine Kartoffeln) in Schale gekocht und Rahmwirsing.

Guten Appetit wünschen die LandFrauen.  
Weitere Rezepte finden Sie [hier](#).