

Forelle Müllerin – ein Forellenrezept von Anglern für Angler



Es gibt zahlreiche Forellen Rezepte, doch Forelle nach Müllerin Art ist immer noch der Klassiker. Hier erfahrt Ihr mehr über die Zutaten und die Zubereitung.

Wenn es um die Zubereitung von Forellen – insbesondere von Regenbogenforellen – geht, dann ist Forelle Müllerin immer noch der Klassiker schlechthin. Zum einen schmeckt sie gut, zum anderen ist die Zubereitung ganz einfach und nimmt nicht besonders viel Zeit in Anspruch.

Es werden folgende Zutaten benötigt: (Rezept für 4 Personen)

- 4 Forellen
- 50g Mehl
- 3 EL Öl
- 40g Butter
- Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer
- Zitrone
- Petersilie

Die Zubereitung ist denkbar einfach: Die Forellen werden unter fließend kaltem Wasser gesäubert und anschließend trocken getupft. Anschließend werden sie sowohl von innen als auch von außen mit ein wenig Zitronensaft gesäuert. Dann wird mit Pfeffer und Salz nachgewürzt. Im nächsten Schritt gilt es die Forellen im Mehl zu panieren.

Mit Öl werden die Fische in der Pfanne angebraten. Dann wird die Butter hinzugegeben, um die Forellen gut sechs bis sieben Minuten zu garen. Während dieser Zeit wird die Zitrone in Scheiben geschnitten. Anschließend wird die Forelle Müllerin mit einer Zitronenscheibe und etwas Petersilie serviert. Als Beilage dienen üblicherweise Kartoffeln.

Natürlich kann man das Rezept beliebig abändern und die Forelle beispielsweise nicht nur mit Zitronensaft, sondern auch mit diversen Kräutern, wie zum Beispiel Schnittlauch oder Bärlauch, würzen.

Mit freundlichen Grüßen

Sportfischereiverein Aschendorf e.V.

