

## Forelle - holländische Art

Rezept für 4 Personen

- 4 Forellen von je 250 g
- Salz
- 6 EL Zitronensaft
- Zitronenpfeffer
- 4-5 EL Mehl
- 60 g Butter
- 2 rote Paprikaschoten
- 2 grüne Paprikaschoten
- 250 g Zwiebeln
- 2 EL Öl
- 125 ml Fleischbrühe (Instant)
- 4 EL Weißwein
- 125 g mittelalten Gouda

Forellen putzen, gut waschen und mit Zitronensaft säuern. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fische in Mehl wenden und in einer länglichen Pfanne oder im Backofen in Butter von jeder Seite 7-8 Minuten braten. Paprikaschoten putzen, waschen, Kerngehäuse entfernen, in Stücke schneiden. Zwiebeln in Ringe schneiden. Beides in Öl andünsten, Fleischbrühe und Wein zugießen und 10 Minuten garen. Forellen auf dem Gemüsebett anrichten, Käsestückchen darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C überbacken, bis der Käse schmilzt