

---

## Gegrillte Knoblauch-Forellen

---



### Zutaten pro Portion

- 1 Portion Forelle
- 1 Zitrone
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Öl
- ½ Zehe Knoblauch
- 1 EL gehackte Petersilie

Schwierigkeit: leicht

Zubereitung: 10 min

### Zubereitung

Forelle abspülen, innen und außen trockentupfen. Eine halbe Zitrone auspressen, den Saft mit Salz und Pfeffer verrühren, anschließend das Öl hinzugeben. Forelle mit der Marinade innen und außen bestreichen. Knoblauchzehe abziehen und in Stifte schneiden. Die zweite Zitronenhälfte heiß abwaschen, längs halbieren und in 2 Teile schneiden. Petersilie abspülen, abtropfen lassen und trockenschütteln. Petersilie mit Knoblauchstiften und Zitronenstücken in die Bauchhöhlen der Forelle füllen.

Forelle auf Alufolie auf den Grillrost legen und ca. 15 Minuten unter mehrmaligem Wenden garen.

Guten Appetit (aus dem Fundus einer Ernährungsberaterin)