

FORELLE CALIFORNIA-STYLE

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

Zutaten

4 frische Bachforellen

(ausgenommen ohne Kopf & Gräten)

2,5 l PRIMUS Erdnussöl

150 g Maismehl

40 g Hartweizengrieß

4 Limetten

3 TL Paprikapulver (süß)

2 TL brauner Zucker

je 1/2 TL Ingwer- & Knoblauchpulver

Salz

Pfeffer

gehackte Petersilie zum garnieren



Zubereitung

Die Forellen unter fließend kaltem Wasser abwaschen und trockentupfen. Für die Panade Maismehl, Hartweizengrieß, Paprikapulver, Zucker, Ingwer- & Knoblauchpulver, die abgeriebene Schale von 4 Limetten, etwas Salz und Pfeffer in einer flachen grossen Schale

vermischen. Die noch leicht

feuchten Forellen in der Panade wenden. Achten Sie darauf auch das Innere der Forellen reichlich mit Panade zu bedecken. Die Panade muss den ganzen Fisch bedecken!

Das Öl in einer Fritteuse oder alternativ in einem grossen Wok auf 170 - 175 Grad Celsius erhitzen. Ein Bratenthermometer ist hierbei ein sehr gutes Helferlein. Max. zwei Forellen gleichzeitig in das heisse Öl geben, da sonst die Temperatur zu sehr abfallen würde. Die Forellen 12-17 Minuten (je nach Grösse) im heissen Fett frittieren.

Die Forellen auf einem Backofenrost mit unterlegtem Küchenpapier gut abtropfen lassen. Die Limetten vierteln. Je Forelle eine Limette verwenden. Zwei Stücke ins Innere stecken und zwei Stücke auf die Aussenhaut träufeln. Etwas Petersilie darüber streuen.

Dazu passen Salat, Pommes Frites und ein wirklich eiskalter IceTea.

GUTEN APPETIT!