



Состав:

800-900 г янтарной форели (2 рыбы по 400-450 г каждая)

½ лимона

перец белый молотый

перец черный молотый

соль

Дополнительно потребуется:

фольга

Рецепт запеченной в духовке янтарной форели:

Янтарную форель промыть, удалить внутренности и жабры (голову оставить), почистить от чешуи, еще раз промыть и немного обсушить.

Лимон промыть, нарезать 2-4 тонких кружочка – они будут использоваться для сервировки, из оставшейся части выдавить сок.

Форель посолить, поперчить с обеих сторон и внутри, сверху полить свежесжатым соком лимона выложить в фольгу (каждую рыбу отдельно), сформировав из фольги

высокие бортики, которые на время готовки следует закрыть. (Фольгу лучше использовать плотную или складывать в 2 слоя, чтобы она случайно не порвалась.)

Форель в фольге поместить в заранее разогретую до 190 градусов духовку и готовить в течение 25-30 минут. За 5 минут до готовности фольгу раскрыть, чтобы форель подрумянилась.

Подавать к столу можно прямо в фольге. Украсить заранее подготовленными кружочками лимона. В качестве гарнира к форели хорошо подойдет рис, отварной картофель или овощи. Также можно подать легкий салатик, например, из рукколы и томатов.

Приятного аппетита!