

ØRRED PÅ BÅL



Af Finn John Carlsson

Ingredienser:

1 stor økologisk ørred (4-6 pers.)

Salt

Peber

1-2 hele citroner

Krydderurter

Olie

Sølvpapir

Vi skal bruge en flot stor økologisk ørred.

Fisken renses og finnerne skæres fra. Hovedet må godt blive siddende.

Drys fisken i bugen med salt og peber.

Læg citronskiverne derind sammen med krydderurterne.

Smør sølvpapiret med olie, der hvor det rører fisken.

Pak fisken godt ind i sølvpapir- mindst to lag over alt.

Læg fisken på gløderne og dæk den til med gløder.*

Lad den ligge der i ca. ½ times tid.

Pak ud – se om kødet slipper benene, hvis ikke, skal den have lidt mere tid i gløderne.

Hvis kødet slipper benene, så er den klar til at blive spist, evt. med kartoffelsalat eller groft brød.

Kan kryddres efterfølgende med salt og peber.

*Fisken kan også steges på en rist over bålet, men skal så vendes efter ca. 15-20 min. stegning og rådet med kød og ben følges også herefter. Denne metode er nok nemmest at håndtere.

Mange andre arter for fisk kan også anvendes, bl.a. laks, foreller, rød fisk, havbars, multe eller dorader.

