

## **Gedünstetes Forellenfilet mit Möhren**

Für 2 Personen:

300 g Forellenfilet mit Meersalz, Pfeffer und Zitronensaft sanft würzen. Mit etwas Basenbrühe (0,1 l) rund 10 Minuten zugedeckt dünsten.

220 g Kartoffeln und 300 g Möhren schälen und in gleich große Würfel oder Scheiben schneiden. Zusammen ca. 15-20 Minuten dämpfen, bis beide Gemüse gar sind.

20 g Butter schmelzen lassen, das Gemüse dazugeben, frische Petersilie darüberstreuen und gemeinsam darin schwenken.

Zusammen mit der Forelle servieren.