Gefüllte Makrele

İstavrit Dolması

1 ½ kg grosse Makrele
1 Bunt Spinat
1 mittel grosse Zwiebel
5 EL Olivenöl
1 Ei
2 Scheiben altbackenes Brot
1 gehobelte Zitronenschale
1 KL Salz
1 KL Pfeffer

Die Makrelen säubern, waschen und in einen Sieb füllen. Spinat säubern und auswaschen.
In einer Pfanne drei Esslöffel Olivenöl erhitzen und die klein gehackten Zwiebel hinzugeben.
Sobald die Zwiebel rosarot werde, dann den rohen Spinat hinzugeben und dünsten bis sie sich klein ziehen. Salz und Pfeffer einstreuen.
Wenn die Spinatmischung abgekühlt ist, dann geschlagenes Ei, gehobelte Zitrone und zerbröseltes Brotinnere hinzugeben und untermischen.
Die Makrele mit ausreichender Menge der Spinatmischung befüllen. Auf beide Seiten Olivenöl schmieren und in ein eingeöltes Backblech einlegen.
Den Backblech in das zuvor auf 200 Grad vorgeheizten Backofen schieben und bis die muschel goldgbraun geworden sind backen.
Zusammen mit Zitrone und Petersilie servieren.

Tipp: Damit die Mineralien, die in dem Spinat vorhanden sind, nicht verloren gehen können, wird empfohlen diese zuvor abzukochen.