



GLASMEYERS

Lachs-Rezept

Einfacher Zitronen-Lachs aus dem Ofen

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Zutaten für 4 Personen

4 Lachsfilets ohne Haut / 1/2 Zitrone / 3 EL Zitronensaft / 5 EL Olivenöl /
3 Knoblauchzehen / 1 EL Honig / Salz & Pfeffer / 5 Thymianzweige

Zubereitung

Den Backofen auf 180° Ober-/Unterhitze (oder 160° Umluft) vorheizen und eine passende Auflaufform mit etwas Olivenöl einfetten. Die Lachsfilets trocken tupfen, salzen und in die Auflaufform legen. Die halbe Zitrone heiß abwaschen, trocknen und in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Anschließend die Scheiben nochmals halbieren. Die 5 Thymianzweige waschen und trocknen. Die 2-3 Knoblauchzehen nicht schälen, sondern nur mit dem Handballen/Spatel etwas andrücken. Die Zitronenscheiben, Thymianzweige und den Knoblauch um die Lachsfilets verteilen. Danach 5 EL Olivenöl, 3 EL Zitronensaft und 1 EL Honig vermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, nach Belieben nochmal abschmecken. Das Dressing über die Lachsfilets gießen und für ca. 20 Minuten im vorgeheizten Backofen auf der mittlere Schiene garen. Dazu passt Reis oder ein leckeres Baguette.



*Guten Appetit
wünscht
Team Glasmeyer*

UNSERE REZEPTE



ONLINE