

Rezept

Lachs auf Gurkengemüse

Ein Rezept von Lachs auf Gurkengemüse, am 09.06.2026

Zutaten

1 kg Schmorgurken	Salz
4 Scheiben Lachsfilet (je 150-180 g)	Saft von 2 Limetten
2 Zwiebeln	3 Knoblauchzehen
3 EL Butter	1 1/2 EL Mehl
200 ml Gemüsebrühe (Instant)	1/2 Bund Dill
125 g Crème fraîche	Pfeffer
100 g Parmesan	Fett für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 640 kcal

Zubereitung

1. Die Gurken schälen und längs halbieren. Die Kerne herauskratzen und die Gurken quer in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz bestreuen und 30 Min. Wasser ziehen lassen. Inzwischen den Lachs waschen und mit Küchenpapier abtrocknen. Mit dem Limettensaft beträufeln und 15 Min. marinieren.
2. Die Gurken abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken und in der Butter andünsten. Das Mehl einrühren und unter ständigem Rühren mit der Brühe ablöschen. Gurken dazugeben, 5 Min. schmoren. Den Dill waschen und fein hacken. Mit der Crème fraîche unterrühren, salzen und pfeffern.
3. Den Backofen auf 180° vorheizen. Eine feuerfeste Form einfetten. Das Gurkengemüse in die Form füllen, den Lachs darauf legen. Im heißen Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 30 Min. backen. Den Parmesan in Späne hobeln. Fisch und Gemüse damit bestreuen und 5 Min. überbacken. Dazu schmeckt Reis oder frisches Baguette.