

Rezept

Lachs aus dem Ofen

Ein Rezept von Lachs aus dem Ofen, am 25.04.2024

Zutaten

400 g Lachsfilet (ohne Haut, möglichst ein Mittelstück)	1 Bio-Zitrone
1 Handvoll Kerbel	3 EL Olivenöl
2 Stängel Estragon	5 Stängel Dill
Salz	2 EL trockener Wermut (z. B. Noilly Prat; nach Belieben)
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 555 kcal

Zubereitung

1. Zunächst den Backofen auf 190° vorheizen. Anschließend den Lachs kalt abspülen und trocken tupfen.
2. Nun die Zitrone heiß waschen, abtrocknen und halbieren. Eine Hälfte in dünne Scheiben schneiden und den Saft der anderen Hälfte auspressen.
3. Eine ofenfeste Form mit 1 EL Öl ausstreichen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. 3 Stängel Dill und die Hälfte vom Kerbel so in die Form legen, dass der Lachs gerade daraufpasst. Übrige Kräuter hacken.
4. Den Lachs auf die Kräuter in der Form legen. Den Lachs dann mit 1 EL Zitronensaft und nach Belieben mit Wermut beträufeln. Im Anschluss mit Salz und Pfeffer würzen, die gehackten Kräuter darüberstreuen und leicht andrücken.
5. Beträufle den Lachs nun noch mit dem übrigen Olivenöl und belege ihn mit Zitronenscheiben, sodass diese sich leicht überlappen. Gebe die Form in den vorgeheizten Ofen (Mitte, Umluft 160°) und gare den Lachs für 12-15 Min.