



Lachsfilet mit Ofengemüse

garniert mit Karottensalat und Orangen-Chili



30-40min



2 Personen

Unkompliziert und frisch – so präsentiert sich unser farbenfroher Feierabendschmaus heute. Ganz entspannt ruht das saftige Lachsfilet auf einem Bett aus knusprigen Kartoffelspalten und Zucchini. Für extra gute Laune sorgt der knackige Salat aus Karotten und Koriander, der mit fruchtig eingelegter Peperoni um die Aufmerksamkeit deiner Geschmacksknospen buhlt. Aber keine Eile, heute gibt es nämlich keine Pfannen zu spülen!

- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 1 Zucchini
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Packung frischer Lachs, aufgetaut ⁴
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Orange
- 1 grüne Peperoni
- 1 Karotte
- 10g Koriander

- 2TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Ggf. übrige Peperoniringe kannst du bis zu einer Woche in einem Glas im Kühlschrank aufbewahren. Auf Pizza oder Toast sorgen sie für einen besonders süßen und würzigen Kick!

Energie 775kcal, Fett 44.0g,
Kohlenhydrate 61.0g, Eiweiß 32.5g



4. Peperoni einlegen

2. Gemüse backen

5. Lachs backen

3. Lachs vorbereiten

6. Karottensalat zubereiten

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**