



Lachsfrikadellen mit Ofengemüse

griechische Art mit Oliven und Dillsauce



40-50min



2 Personen

Egal, wie das Wetter ist - dieses Gericht mutet sommerlich an und sorgt für gute Laune, denn wer kann zu mediterranen Aromen schon Nein sagen? Goldbraun gebratene Lachsfrikadellen betten sich neben ein frisch-würziges Röstgemüse aus dem Ofen, das wir mit spritziger Zitrone und aromatischen Kräutern verfeinern. Und was wäre ein Essen ohne Dip? Deshalb gibt es dazu cremigen Joghurt mit Tomaten, Dill und noch mehr Zitrone. Mmmh!

- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen griechische Gewürzmischung
- 1 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 große Aubergine
- 1 Packung Babykartoffeln
- 10g Dill
- 1 Tomate
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 1 Packung schwarze Oliven
- 2 Lachs-Burgerpattys ^{1,4}

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe

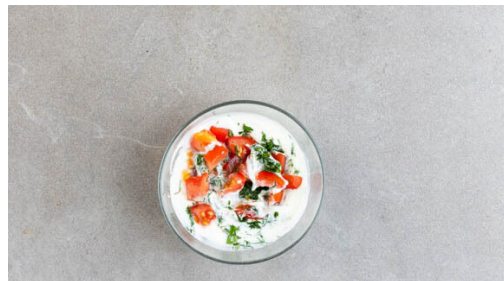
Allergene

Gluten (1), Fisch (4), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

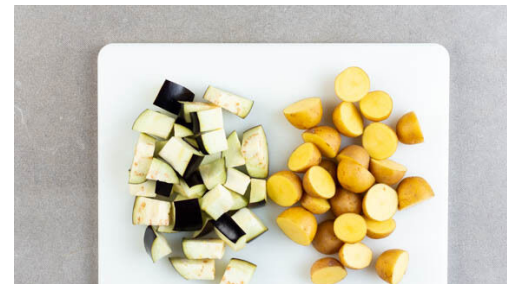
Energie 774kcal, Fett 44.9g,
Kohlenhydrate 69.7g, Eiweiß 22.7g



Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Die **Zitronenschale** abreiben, die **Zitrone** halbieren, dann **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in dünne Scheiben schneiden. Die **griechische Gewürzmischung**, die **Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung**, die **Zitronenschale**, **1EL Zitronensaft** und **2EL Olivenöl** verrühren. Mit 1 kräftigen Prise Salz und 1 Prise Pfeffer würzen.



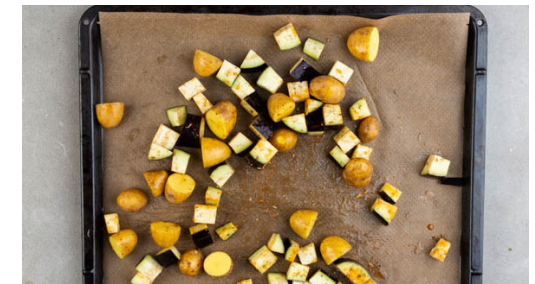
Den **Dill samt Stängeln** fein schneiden, die **Tomate** grob würfeln. Den **Dill**, die **½ der Tomaten**, den **Joghurt**, **1TL Zitronensaft** und **2TL Wasser** verrühren. Die **Dillsauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Aubergine** in ca. 2cm große Würfel schneiden. Die **Kartoffeln samt Schale** je nach Größe halbieren oder vierteln.



Nach ca. 15Min. Backzeit die **Zitronenscheiben** auf dem Gemüse verteilen und alles weitere 10-12Min. im Ofen backen, bis das **Gemüse** gar ist. Die **Oliven** in Ringe schneiden.



Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit dem **Würzöl** vermengen und im Ofen ca. 15Min. backen.



Die **Burgerpattys** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3–5Min. braten, bis die **Pattys** goldbraun und knusprig sind. Das **Ofengemüse** auf Teller verteilen und mit den **Oliven** sowie den **restlichen Tomaten** bestreuen. Mit den **Lachsfrikadellen** und der **Dillsauce** anrichten und servieren.