



## Gebratenes Lachsfilet

mit Pfirsich-Limetten-Salsa

30-40Min. 3-4 Personen

Im Sommer magst du leichte Gerichte mit frischer, fruchtiger Note am liebsten? Dann ist dieses Lachsrezept genau für dich gemacht! Aus Limetten und frischen Pfirsichen bereitest du eine aromatische Salsa zu, die mit gebackenen Kartoffeln und saftigen Lachsfilets serviert wird. Guten Appetit!

## Was du von uns bekommst

- 1 Packung Zucchini
- 1 Zwiebel
- 1 un behandelte Limette
- 20g frisches Basilikum
- 2 Pfirsiche
- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Packung frisches Lachsfilet, ohne Haut<sup>4</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- große Pfanne
- kleiner Kochtopf
- Küchenreibe

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Allergene

Fisch (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 700.0kcal, Fett 36.6g, Eiweiß 38.5g, Kohlenhydrate 48.7g



**1. Kartoffeln backen**

Den Backofen auf 220°C Umluft oder 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln, mit 1-2EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und ca. 25-30Min. im Ofen goldbraun backen.



**4. Zucchini braten**

Die Pfanne erneut mit 1EL Olivenöl mittelhoch erhitzen und die **Zucchinischeiben** darin ca. 3-4Min. anbraten. Die **gebratene Zucchini** mit den **Kartoffeln** mischen und ggf. erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.



**2. Zucchini schneiden**

Währenddessen die **Zucchini** längs vierteln und in ca. 5mm dicke Scheiben schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in fein würfeln. Die **Schale der Limette** abreiben, danach **eine Hälfte** auspressen, den **Rest** in **Spalten** schneiden. Die **Pfirsiche** vierteln, die Steine entfernen und den **Pfirsiche** in kleine Würfel schneiden.



**5. Salsa ansetzen**

In einem kleinen Topf die **Zwiebeln** mit 1-2EL Olivenöl ca. 1-2Min. anschwitzen, dann die **Pfirsichwürfel** und **je nach Reifegrad/Süßee** der **Pfirsiche** 1-2Prisen Zucker dazugeben. Den Topf vom Herd nehmen.



**3. Lachs anbraten**

Den **Lachs** von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca. 1-2Min. anbraten. Dann in eine Auflaufform geben und ca. 6-8Min. im Ofen fertig garen. **Tipp:** Die Garzeit kann je nach Dicke des Fisches variieren. Die Pfanne z. B. mit Küchenpapier auswischen.



**6. Salsa fertigstellen**

Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und in feine Streifen schneiden. Die **Salsa** mit der **Limettenschale** und **1-2TL Limettensaft**, Salz und etwas Pfeffer abschmecken. Das **Basilikum** untermischen und die **Salsa** mit dem **Lachs**, dem **Kartoffel-Zucchini-Gemüse** und den **Limettenspalten** servieren.