

Alles von einem Blech - Chili-Limetten-Lachs mit Paprika

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



wunderbar würzig und frisch schmecken. Deinem Backofen sei Dank!

- 1 -

Backofen auf 200 °C vorheizen. Backblech einfetten.

- 2 -

Für die Marinade Knoblauch schälen und fein hacken. Limetten auspressen. Petersilie hacken. Alles mit den restlichen Zutaten verrühren und beiseitestellen.

- 3 -

Paprika entkernen und würfeln. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden.

- 4 -

Lachsfilets mit Zwiebelringen und Paprika auf dem Backblech verteilen. Die Hälfte der Marinade darüber verteilen und im heißen Ofen ca. 10 Minuten backen.

- 5 -

Limette in Scheiben schneiden. Backblech aus dem Ofen holen und restliche Marinade über Lachs und Gemüse verteilen. Mit Limettenscheiben garnieren und servieren.

Zutaten für 4 Portionen

4 Lachsfilets
1 Limette
1 rote Paprika
1 grüne Paprika
1 gelbe Paprika
1 Zwiebel
2 Esslöffel Pflanzenöl zum Einfetten

Für die Marinade

2 Limetten
2 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Wasser
4 Knoblauchzehen
1 Teelöffel Kreuzkümmel
1 1/2 Teelöffel Salz
1 Esslöffel Honig
1 1/2 Teelöffel Chiliflocken
1/2 Bund Petersilie

Du hast richtig Lust auf Lachs, weißt aber nicht genau, wie du ihn zubereiten sollst? Kein Problem, dein Ofen erledigt das für dich! Du machst nur die Marinade, schneidest die Paprikas und packst dann alles auf ein Backblech - fertig. Das Ergebnis? Lachs und knackiges Gemüse, die