

Überbackene Lachsfilets

Für 4 Portionen:

Zutaten:

4 Lachsfilet (je etwa 150g)

1 EL Sojasauce

1 TL Butter

2 Becher Schlagsahne

1 Bio-Zitrone

1 EL gehackte Petersilie

1/4 TL edelsüßes Paprikapulver

1 TL gekörnte Brühe

Etwas frischen Dill

Zubereitung:

Sojasauce über die Lachsfilets träufeln. In Portionsstücke schneiden.

Zwiebeln fein würfeln. Im Miele Bräter in etwas Butter glasig dünsten. Mit der Sahne ablöschen. Einkochen lassen. Mit Brühe, Paprikapulver, Pfeffer und von der halben Zitrone einige Tropfen Zitronensaft und etwas Abrieb abschmecken. Petersilie darüber streuen.

Miele DGC oder Backofen mit Klimagaren 175°C vorheizen.

Die Lachsfilets in die Sauce setzen und mit der Sauce überziehen.

In den vorgeheizten Backofen/Combigarer geben.

Einstellung:

DGC : Combigaren Heißluft plus 175°C 8-10 Minuten 50% Feuchte

Backofen mit Klimagaren: 175°Grad 8-10 Minuten 2 Dampfstöße

Mit frischem Dill und 1 Zitronenscheibe servieren.

Beilage: Reis und Gemüse z.B. Brokkoli