

Honig-Senf-Lachs

MIT GRÜNEM SPARGEL

& Rosmarinkartoffeln ♥

für
4 PERSONEN



Saftiger Lachs, knackiger Spargel und aromatische Rosmarinkartoffeln – verfeinert mit einer Honig-Senf-Kruste. Ein einfaches Ofengericht, das garantiert begeistert!



ZUTATEN (4 Personen)

- 4 Lachsfilets
- 800 g kleine Kartoffeln
- 500 g grüner Spargel
- 2 EL Honig
- 2 EL mittelscharfer Senf
- 3 EL Olivenöl
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- 1 Bio-Zitrone



ZUBEREITUNG

- 1 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 2 Die Kartoffeln gründlich waschen, je nach Größe halbieren und mit 2 EL Olivenöl, Rosmarin, Salz und Pfeffer vermengen. Auf einem Backblech verteilen und etwa 20 Minuten vorbacken.
- 3 Den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden.
- 4 Honig und Senf miteinander verrühren. Die Lachsfilets trocken tupfen und mit der Mischung bestreichen.
- 5 Den Spargel nach den ersten 20 Minuten zu den Kartoffeln auf das Backblech geben und leicht mit Olivenöl beträufeln.
- 6 Die Lachsfilets ebenfalls auf das Blech legen und alles weitere 15–18 Minuten backen, bis der Lachs glasig bis durchgegart ist.
- 7 Mit Zitronensaft beträufeln und nach Belieben mit frischem Rosmarin garnieren. Sofort servieren und genießen!



TIPP: Für extra Aroma etwas Zitronenabrieb über den Lachs und das Gemüse geben.



Guten Appetit! ♥