

Lachs im Backofen

Spinat-Paprika-Gemüse

Zutaten für 2 Portionen:

- **2 Lachsfilet mit Haut à 150 g**
- **1 Zitrone**
- **Olivenöl, Salz & Pfeffer**
- **1 TL Dill**

- **250 g Babyspinat**
- **4 - 5 kleine verschiedenfarbige Paprika**

Zubereitungszeit: 20 min

Backzeit: 30 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2



Zubereitung:

Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Lachsfilet waschen, trocken tupfen und mit der Hautseite nach unten in eine gefettete Auflaufform legen.

Lachs mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern. Wer mag kann noch etwas Chilipulver darüber geben. Nun mit Dill bestreuen (entweder TK, frisch oder getrockneter)

Die Auflaufform mit Alufolie abdecken, auf der mittleren Schiene im Backofen 30 min. backen.

In der Zwischenzeit können wir das Gemüse vorbereiten. Blattspinat waschen, trocken schleudern. Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. Kurz vor Ende der Backzeit Paprika in einer heißen Pfanne mit etwas Öl anbraten, Spinat zufügen, alles gut würzen mit Muskat, Salz & Pfeffer.

Lachs und Gemüse auf Teller anrichten.

Ein exzellentes Essen für viele Gäste. Als Beilage passen Baguette oder Nudeln.