



Lachsfilets in Bärlauchrahm

für 4 Personen

Zutaten	4	Lachsfilet (je ca. 150 g) ohne Haut
	1 EL	Zitronensaft
		Salz, Pfeffer aus der Mühle
	2 dl	Doppelrahm
	1 - 2	Bund Bärlauch
		ganze Bärlauchblätter zum Garnieren

Vorbereiten: Ofen auf 180° vorheizen

Zubereiten: graue Fettschicht beim Lachs wegschneiden, in eine feuefeste Form legen, mit dem Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen, Rahm mit fein gehacktem Bärlauch verrühren und darübergiessen.

Garen: 15 Min. in der Mitte des vorgeheizten Ofens
(Garzeit unbedingt einhalten, sonst wird der Fisch trocken)

Garnieren und sofort servieren.

Tomaten provençales

für 4 Personen

Zutaten	2	mittlere Tomaten
	1 EL	Öl
	1/2	Zwiebel
	1	Knoblauchzehen
	2 EL	Paniermehl
	2 EL	Kräuter (Thimian, Rosmarin, Schnittlauch)
	2 EL	Reibkäse

Vorbereiten: Ofen auf 220° vorheizen
Tomaten halbieren, Stielansatz herausschneiden auf leicht eingefettete feuerfeste Form geben

Zubereiten: Zwiebeln, Knoblauch fein gehackt goldgelb dämpfen, Kräuter und Paniermehl leicht mitdämpfen, leicht auskühlen lassen, Reibkäse daruntermischen, würzen und auf Tomaten verteilen

Garen: 15 Min. in der Mitte des vorgeheizten Ofens überkrusten lassen