

STAND: JULI 2016

Gratiniertes Lachsfilet



Zutaten

1 Portion

150 g	Lachs, frisch oder TK
50 ml	Fresubin® 2 kcal DRINK Neutral
30 ml/ 3 EL	Sahne, 30% Fett
20 g	Geriebener Emmentaler, 45 % Fett i. Tr.
	Dill, fein geschnitten, Salz, Pfeffer

Zubereitung

Das Lachsfilet in eine Auflaufform legen. Die restlichen Zutaten verrühren, abschmecken und über den Fisch gießen. Mit dem Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei ca. 180 °C für 15 Minuten überbacken. Wenn sie tiefgekühlten Lachs verwenden, erhöht sich die Backzeit um etwa 5-10 Minuten.

Tipp

Vor dem Servieren mit frischem Dill garnieren. Dazu empfehlen wir Basmatireis und einen knackigen Salat.

Nährwerte pro Portion:

Energie	537 kcal
Eiweiß	41,0 g
Kohlenhydrate	12,0 g
Fett	36,0 g