

Lachs eingewickelt mit Speck

Mit dem Rezept für Lachs eingewickelt mit Speck lässt sich ein schnelles und dennoch hervorragendes Gericht zaubern. Gesund und lecker!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

4 Stk.	Lachsfilet
2 Zweige	Estragon
1 Schuss	Zitronensaft
8 Scheiben	Speck
2 EL	Ahornsirup
2 EL	Butter
1 EL	Olivenöl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für den Lachs eingewickelt mit Speck zunächst den Ofen auf 190°C vorheizen. Danach den Lachs mit Salz und Pfeffer einreiben.
2. Nun die Schale von der Zitrone abreiben. Als nächstes den Estragon in Stücke schneiden. Die Zitronenschale und den Estragon dann auf die Fischfilets legen. Die Filets nun mit dem Speck umwickeln und mit Zahnstochern oder Holzspießen fixieren.
3. Jetzt Butter und Olivenöl in eine ofen geeignete Pfanne geben und erhitzen. Den Lachs dann in die Pfanne geben und für etwa zwei Minuten braten lassen. Anschließend wenden und für zwei weitere Minuten braten lassen. Den Lachs herausnehmen, rundum mit Ahornsirup einreiben und zurück in die Pfanne legen.
4. Die Pfanne dann für etwa sieben Minuten in den Ofen stellen. Herausnehmen, wenn der

Lachs schön rosa ist. Auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Tipp

Zu dem Lachs eingewickelt mit Speck, passt als Beilage ein frischer Salat oder Kartoffeln. Die Kartoffel am besten vorher in Stücke schneiden, in einen Bräter in den Ofen geben für etwa fünfzehn Minuten backen lassen und zuletzt die Fische darauf legen, den Bratensaft darüber gießen und gar backen. Schmeckt so einfach traumhaft.