



In Folie gegarter Lachs mit Gemüse



Lachs enthält zahlreiche gesunde Nährstoffe. Mit diesem Rezept bringst Du ganz einfach ein schmackhaftes Grillgericht auf den Tisch. Ideal mit etwas frischem Gemüse und Kräuterbutter für den Geschmack. Ein Rezept für jeden Fischliebhaber.



4P



30M

ZUTATEN

600 g Lachs (Stück)

$\frac{1}{2}$ Zucchini

1 rote Paprika

1 rote Zwiebel

2 Esslöffel Kräuterbutter

1 Zitrone

Petersilie nach Geschmack



- 1 • Die Zucchini in dünne Scheiben schneiden, die Paprika kleinstwürfeln und die rote Zwiebel kleinschneiden. Die Zitrone in dünne Scheiben schneiden.
- 2 • Auf einem genügend großen Stück Alufolie das gesamte Gemüse ausbreiten. Die Kräuterbutter auf dem Gemüse verteilen. Den Lachs darauflegen und mit einigen Scheiben Zitrone bedecken.
- 3 • Die Alufolie zusammenfallen, oben verschließen und etwa 13–15 Minuten bzw. bis zum Garen auf dem Grill erhitzen. Eventuell mit etwas frischer Petersilie garnieren.



Tipp

Schmeckt auch mit Garnelen oder Hühnchen sehr lecker.

NÄHRWERTE PRO PERSON

Kcal	Fett	Ges. Fett	Kohlenhyd.	Ballastst	Eiweiß
284	17,8 g	5,8 g	25,5 g	4,7 g	1,9 g

MEPAL

Für immer