

MEER GRILLIEREN

GANZ EINFACH

Zutaten für 4 Personen

4 Stk. Lachsfilets
ohne Haut à je 150 g

200 g Kartoffeln
150 g Karotten
100 g Champignons

200 g Zucchini
100 g Zwiebel

200 g Broccoli
auch anderes Gemüse
verwendbar

4 EL Olivenöl

1/2 TL Salz

etwas Pfeffer aus der Mühle



Lachsfilets auf Kartoffel-Gemüse-Pfanne

Zubereitung

Lachs waschen, in 4-5 Stücke aufteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln waschen und kleine Würfel schneiden. Zucchini, Karotten und die Zwiebel klein schneiden, Champignons vierteln, Brokkoli waschen und in kleine Röschen zerlegen.

Feuerschale mit Grillrost frühzeitig anfeuern. Zwei Gillschalen mit Öl auf dem Rost platzieren. Kartoffeln in der einen Schale anbraten, anschliessend die Zwiebeln, Karotten, Zucchettis und die Pilze dazu geben. Parallel den Lachs in der zweiten Schale kurz beidseitig anbraten. Nach 10 Minuten den Lachs beiseite nehmen und das Gemüse auf beide Schalen verteilen. Gemüse weitere 10 Minuten garen. Anschliessend den Lachs auf das Gemüse legen und für nochmals 10 Minuten weitergaren. «en Guete»

Passend dazu eine Sour Cream mit frischem Schnittlauch aus dem eigenen Garten.