

Ofenlachs mit Fenchelgemüse und Feta

Wenn's mal extra schnell gehen soll - zum Beispiel nach Feierabend - ist dieses einfache Auflaufgericht mit köstlichem Lachs, Fenchel-Tomatengemüse und Feta genau richtig!

Serves: 4

Rezept herunterladen

Zutaten

- 4 Lachsfilets (à ca. 120 g)
- 1 große Fenchelknolle oder 2 kleine
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Dose stückige Tomaten (400 g)
- 150 g Feta
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL getrockneter Oregano
- 100 ml Sahne
- Salz und Pfeffer
- optional: frische Petersilie zum Garnieren

Zubereitung

Schritt 1

Heiz den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vor. Entferne den Fenchel-Strunk und schneide ihn in dünne Scheiben. Zwiebeln und Knoblauch grob schneiden.

Schritt 2

Fenchelscheiben, Zwiebeln, Knoblauch, Olivenöl, Salz und Pfeffer in die Auflaufform geben und alles im Ofen ca. 10 Minuten vorgaren.

Schritt 3

Nimm die Auflaufform aus dem Ofen und gib Tomaten und etwas Sahne dazu. Würze den Lachs mit Salz und Pfeffer sowie Zitronensaft und Abrieb.

Schritt 4

Lege die Lachsfilets auf das vorgegarte Gemüse und verteile den Feta und noch etwas Olivenöl darauf.

Schritt 5

Schiebe die Auflaufform zurück in den Ofen und backe das Gericht für weitere 20 Minuten, bis der Lachs gar ist.

Schritt 6

Garniere den Lachs mit frischem Fenchelgrün sowie Petersilie und serviere ihn mit Reis, Kartoffeln oder Brot.

Genussfreunde aufgepasst!

Mit diesen Produkten wird's besonders lecker



WOLL® Diamond Lite
3tlg. Bratpfannen-Set 20,
24 & 28cm, inkl. 2tlg.
Pfannenschutz
€ 179,99



WOLL® Diamond Lite
Topf-Set, 3tlg. Ø 20, 24 &
28cm jeweils mit Deckel
€ 259,99



KOCHBLUME®
Gewürzmöhlen inkl.
Auffangkappe 5
verstellbare Mahlgrade, 2
Stück
€ 54,99



EASIYO Joghurt
griech. Art Frucht
für 4kg sortenrei
€ 22,99
€ 23,95 - € 27,37

Hervorragend