



LACHSFILET MIT KÜRBIST-KRÄUTER-KRUSTE



QimiQ VORTEILE

- Unterstreicht den Eigengeschmack der Zutaten
- Flaumige Konsistenz
- Voller Geschmack bei weniger Fett



15



leicht

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

4 Lachsfilet(s) à 150 g
Salz und Pfeffer

FÜR DIE KRUSTE

125 g

1 Eigelb

2 EL Peterli, gehackt

50 g Kürbiskerne, geröstet

1 EL Kürbiskernöl

1 EL Paniermehl

Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 220 °C (Ober- und Unterhitze) vorheizen.
2. Für die Kruste: Alle Zutaten zusammen gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Lachsfilets mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Kürbiskernmasse bestreichen.
4. Im vorgeheizten Backofen ca. 8-10 Minuten garen. Kurz vor dem Ende der Garzeit den Grill dazuschalten und die Kruste schön bräunen lassen.