



Schlemmerlachs auf Tomatenreis

Zutaten für die Ofenhexe oder den Bäker

Für 4 Personen

400 g Lachsfilet, TK

40 g Knäckebrot

30 g Parmesan

1/2 bis 1 Bund Bärlauch

3 Knoblauchzehen

30 g Butter

1 1/2 TL Salz

1/4 TL schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel

60 g Olivenöl

450 g Wasser

250 g Reis

400 g passierte Tomaten

Nützliches Zubehör

**Ofenhexe
oder Bäker
Kuchengitter
Ofenhandschuhe
Microplane Reibe
Allzweckmesser**



Zubereitung

1. Den Backofen auf 200 °C vorheizen.
2. Knäckebrot und Parmesan fein reiben bzw. mahlen (8 Sek./St. 8) und umfüllen.
3. Bärlauch und 2 Knoblauchzehen fein hacken (2 Sek./St.8). Butter zugeben und anschwitzen (3 Min./120°C/St. 1).
4. Gemahlenes Knäckebrot, Parmesan, 1/2 TL Salz und Pfeffer zugeben, alles gut miteinander vermischen (10Sek./St. 3) und beiseitestellen.
5. Die Zwiebel und eine Knoblauchzehe fein hacken (7 Sek./St. 5). Zusammen mit dem Öl, dem Reis, dem Wasser und den passierten Tomaten in die Ofenhexe bzw. den Bäker geben und gut verrühren.
6. Die Lachsfilets oben drauf setzen, alles mit der Knäckebrot-Kräutermischung bedecken und 30 Minuten auf der unteren Schiene backen (200°C). Die Form auf ein Kuchengitter geben und die Lachsfilets zusammen mit dem Tomatenreis servieren.

Lasst es euch schmecken!

Die Angaben in den Klammern beziehen sich auf die Zubereitung im Thermomix.



Julia Will
Selbständige Beraterin für Pampered Chef
mail@frau-will.de · www.frau-will.de
<https://will.shop-pamperedchef.de/willkommen/>