



Irischer Bio-Lachs mit gerösteten Kirschtomaten und Kräuterdressing

Für 4 Personen

- 4 x 150g Portionen irischer Bio-Lachs, ohne Haut und Gräten
- 16 Cocktail-Rispentomaten
- 5 TL Olivenöl
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- Saft und Schale von 1 Zitrone
- Bund frischer Petersilie, fein gehackt (ca 40g)

Servievorschlag:

- Gedämpfte Baby-Kartoffeln
- Leicht angemachte Salatblätter
- Zitronenspalten

Zum Kochen der Tomaten:

- Den Ofen auf Stufe 4, 180°C (350°F) vorheizen.
- Die Kirschtomaten in vier Portionen zu je vier Stück schneiden und in eine kleine Bratform oder Auflaufform geben. Etwas Olivenöl darüberträufeln und mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen.
- 12-15 Minuten rösten, bis sie leicht verkohlt sind.

Den Lachs zubereiten:

- In der Zwischenzeit etwas Öl in einer großen antihaftbeschichteten Bratpfanne bei mittlerer Hitze erhitzen.
- Die Lachsteile mit etwas Salz und schwarzem Pfeffer würzen, in die Pfanne geben und 3 Minuten lang braten, dann wenden und den Lachs 3 Minuten lang auf der anderen Seite braten.

Für das Kräuterdressing:

- Während der Lachs gart, Knoblauch, Zitronenschale und -saft, Petersilie und die restlichen 3 Esslöffel Olivenöl in einer Küchenmaschine vermengen.
- Abschmecken und würzen.

Zum Servieren:

- Die Tomaten, Salatblätter und den Lachs auf vier Teller verteilen.
- Etwas Kräuterdressing über den Lachs geben und mit den Kartoffeln und Zitronenspalten servieren