

Lachs auf Porree-Linsen-Gemüse

Zutaten für 2 Personen:

- 250g Lachsfilet
- 1-2 Stangen Porree
- 200g braune Linsen (vorgegart)
- 200g Kochsahne
- 1-2 Karotten
- 4g Gemüsebrühe
- 10g Schnittlauch/Thymian
- 1 Selleriestange
- Öl, Salz, Pfeffer

- 1) Porree waschen und in 0,5 cm dünne Ringe schneiden. Karotten schälen und mit dem Sellerie in kleine Würfel schneiden.
- 2) Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Thymian abzupfen und grob hacken.
- 3) 1EL Öl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und Porreeringe, Karotten- und Selleriewürfel, Schnittlauch und Thymian hinein geben. Das Gemüse 8-12 Minuten braten, bis es weich ist. Mit Salz würzen.
- 4) Das Lachsfilet mit 1EL Öl, Salz und Pfeffer würzen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech im Ofen 12-14 Minuten garen, bis er innen nicht mehr glasig ist.
- 5) Linsen in einem Sieb unter kaltem Wasser abspülen, bis es klar hindurch läuft, und zum Gemüse geben. Gemüsebrühpulver und Sahne zum Gemüse geben und nochmals aufkochen, bis die Soße cremig und etwas eingedickt ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 6) Porreegemüse auf Teller geben und den Lachs darauf anrichten.

**Wer keinen Sellerie mag, lässt ihn einfach weg. Stattdessen kann man auch Süßkartoffelwürfel dazugeben. Dann wird das Gemüse lieblicher, schmeckt auch sehr gut. Die Kräuter kann man alternativ auch getrocknet oder tiefgefroren nutzen.*

Guten

Appetit