



1427938525 | © Julia - iStockphoto.com

Gratiniertes Lachsfilet

Zubereitung

Das Lachsfilet in eine Auflaufform legen. Die übrigen Zutaten verrühren, abschmecken und über den Fisch gießen. Mit dem Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei ca. 180 °C für 15 Minuten überbacken. Nach Belieben können Sie zum Lachsfilet Zitronenscheiben servieren.

Wenn sie tiefgekühlten Lachs verwenden, erhöht sich die Backzeit um etwa 5-10 Minuten.

Tipp

Vor dem Servieren mit frischem Dill garnieren.
Dazu empfehlen wir Basmatireis und einen knackigen Salat.

Hauptgericht

Level ■□□□



1



25 Min.

Zutaten

50 ml Fresubin® 2 KCAL Drink Neutral*

150 g Lachs, frisch oder TK

30 ml Sahne 30 % (3 EL)

20 g Emmentaler gerieben 45 %
Fett i.Tr.

Dill (fein geschnitten), Salz, Pfeffer

Nährwerte pro Lachsfilet

Energie	537 kcal
---------	----------

Protein	41 g
---------	------

Fett	36 g
------	------

Kohlenhydrate	12 g
---------------	------