

Ummantelter Lachs mit Minz-Erbesen

Für 2 Personen

2 Lachsfilets a 120 g	250 g Erbsen, Tk	200 g Parma-Schinken
1 unbehandelte Limette	1 unbehandelte Zitrone	1 Bund Minze
210 ml Olivenöl	Meersalz	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Ofenblech mit Alufolie belegen. Die Limette halbieren, eine Hälfte auspressen und die andere Hälfte in Scheiben schneiden. Den Lachs waschen, trocken tupfen, mit Limettensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Lachs kurz von beiden Seiten darin anbraten. Den Lachs aus der Pfanne nehmen, in den Parma-Schinken wickeln, auf das Blech legen und für 15 Minuten im Backofen backen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Einen Liter Wasser zum Kochen bringen. Die Erbsen in einen Topf geben, die Minze als Bund darüber legen und das kochende Wasser darüber gießen bis die Erbsen knapp bedeckt sind. Den Topf mit einem Deckel verschließen, mit großer Hitze zum Kochen bringen und die Erbsen garen. Die Erbsen mit der Minze in eine Schüssel geben und mit Meersalz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Das Ganze mit dem Olivenöl bedecken, gut durchmischen und 20 Minuten ruhen lassen. Den ummantelten Lachs mit den Minze-Erbesen auf Tellern anrichten und mit den Limettenscheiben garnieren.

Helga Lion am 07. Juli 2011