

# Lachs mit Kräuter-Salsa und Kartoffeln

## Für zwei Personen

|                           |                          |              |
|---------------------------|--------------------------|--------------|
| 200 g Lachsfilet          | 8 kleine Kartoffeln      | 2 EL Kapern  |
| 1 Zitrone                 | 1 Bund glatte Petersilie | 1 Bund Minze |
| 1 TL getrockneter Oregano | 2 EL Butter              | 4 El Öl      |
| Salz, Pfeffer             |                          |              |

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln gründlich waschen und mit der Schale in Salzwasser gar kochen. Das Lachsfilet waschen und trocken tupfen. Die Zitrone auspressen und den Lachs mit etwas Zitronensaft säubern. Für die Kräuter-Salsa die Petersilie und die Minze waschen, gut trocknen und klein hacken. Die Kapern fein hacken. Dann die Petersilie, den Oregano, die Minze und die Kapern mit dem restlichen Zitronensaft vermischen, salzen und pfeffern. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, das Lachsfilet darin von jeder Seite etwa vier Minuten anbraten. Die Kräuter- Salsa auf dem Fisch verteilen. Den Fisch aus der Pfanne nehmen und warm halten. 100 Milliliter Wasser in die Pfanne geben und alles vier Minuten köcheln lassen. Eine Pfanne mit der Butter erhitzen. Die Kartoffeln abgießen und mit der Schale in der Butter schwenken. Mit Salz abschmecken. Den Fisch mit dem Bratensaft beträufelt und den Kartoffeln auf dem Teller anrichten und servieren.

Waltraud Heyer am 01. November 2012