

Grüner Spargel und Lachs vom Blech

Gesamtzeit: 35 min.
Portionen: 2



Zutaten:

1 kg grüner Spargel
500 g Lachsfiletportionen
1 Zitrone
3 EL Natives Olivenöl extra
1 TL Zucker
2 EL Italienischer Essig (z.B. Aceto Balsamico di Modena I.G.P. oder besser D.O.P.)
Salz
Pfeffer
1 Steinofen-Baguette

Anweisungen:

Den Spargel putzen und die Enden abschneiden. In Salzwasser ca. 1 Minute blanchieren und danach sofort in Eiswasser abschrecken.
Das Lachsfilet waschen und trockentupfen. Das Filet auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
Die Zitrone heiß abwaschen und die Schale fein abreiben. Den Zitronenabrieb auf das Filet geben.
Den Spargel mit auf das Blech legen.
Das Olivenöl, den Zucker und den Balsamicoessig verrühren und den Spargel damit bestreichen.
Den grünen Spargel und Lachs im vorgeheizten Ofen bei 180 °C Umluft ca. 16-20 Minuten garen.
Das Baguette nach Packungsanleitung aufbacken und anschließend in Scheiben schneiden.
Mit dem grünen Spargel mit Lachs servieren.