



**Frankfurter Straße 4
35091 Cölbe-Bernsdorf**

**Tel: (06421) 304100
Fax: (06421) 304101
Email: info@lachs-und-lotte.de**

www.lachs-und-lotte.de

Rezept des Monats

Dezember 2006

Ganzer gebackener Lachs

Für ca. 10 Personen

1 ganzer Lachs von ca. 3 kg
1 Bund Frühlingszwiebeln, grob gehackt
1 Bund Dill
1 Zitrone in dünnen Scheiben
10 schwarze Pfefferkörner, Salz
3 Lorbeerblätter
100 ml trockener Weißwein

Den Backofen auf 180° vorheizen. Den Lachs mit kaltem Wasser abspülen und innen und außen gründlich trocken tupfen. Innen mit Frühlingszwiebeln, Dill, Zitrone und Pfeffer füllen. Vorsichtig salzen. Doppelt gelegte Alufolie einölen und den Lachs darauf legen. Mit dem Wein beträufeln Lorbeerblätter drauflegen. Die Folie oben zusammenfalten. Den Fisch auf ein flaches Blech oder Form legen und 40 Minuten backen. Dann die Hitze auf 140° reduzieren und weitere 40 Minuten drin lassen. (Die Garzeit kann variieren. Prüfen Sie den Garpunkt aber erst am Ende und lassen Sie die Folie solange geschlossen - Neugier schadet.) Dann herausnehmen, die Folie öffnen und vorsichtig die obere Haut ablösen. Den Fisch drehen und auf eine Servierplatte legen, die andere Haut ablösen. Flossen und sichtbare Gräten entfernen. Mit einer kalten oder warmen Sauce Ihrer Wahl servieren.

TIPPS:

- Falls der Lachs nicht ganz in den Ofen passt: Schwanz kürzen. Kopf ab wär schade.
- Natürlich können Sie auch kleinere Fische so zubereiten, z.Bsp. Saiblinge.