



## Lachsfilet mit Erdbeeren und fruchtigen Erdbeer-Couscous

### Description



Für 4 Portionen

200 g Couscous  
1 Salatgurke  
200 g Kirschtomaten  
1 gelbe Paprika  
150 g Joghurt  
1 Limette  
1 TL Honig  
1 TL Senf  
Salz, Pfeffer  
4 Lachsfilets  
1 -2 EL Zitronensaft  
2 EL weiche Butter  
500 g Erdbeeren  
1 EL brauner Zucker

Couscous nach Packungsanweisung zubereiten. Gurke schälen, der Länge nach halbieren, Kerne entfernen und die Gurke in dünne Scheiben schneiden. Tomaten waschen und vierteln. Paprika halbieren, putzen, waschen und in Würfel schneiden. Joghurt mit Limettenabrieb und -saft sowie

Honig und Senf verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Dressing mit Couscous, Gurke, Tomaten und Paprika vermischen und kurze Zeit durchziehen lassen.

Lachs waschen, trocken tupfen, mit Zitronensaft beträufeln und salzen. Butter mit Pfeffer verrühren und mit Salz würzen. Pfefferbutter erhitzen. Lachs dazugeben, von beiden Seiten anbraten, herausnehmen, in eine Auflaufform legen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft: 160 Grad) 15 bis 20 Minuten garen.

Erdbeeren waschen, putzen, die Hälfte in Scheiben schneiden und die übrigen Erdbeeren vierteln. Erdbeerviertel unter den Salat mischen. Erdbeerscheiben in das verbliebene Bratfett geben und kurz anbraten. Zucker darüberstreuen und leicht karamellisieren. Lachs auf Tellern anrichten, mit den Erdbeerscheiben garnieren und mit Erdbeer Couscous servieren.

Zubereitung: ca. 50 Minuten

Nährwerte: 686 kcal, 52g KH, 40g E, 33g F))

### Category

1. Fisch

### Date Created

Juni 10, 2017

### Author

rezeptadmin

*default watermark*