

# Rezept des Monats - September

## Lachs mit Gemüse

Zutaten für 4 Portionen:

600g Kartoffeln  
2 rote Zwiebeln  
1 Zucchini  
3 Möhren  
1 gelbe Paprikaschote  
250g Cherrytomaten  
2EL Olivenöl  
Pfeffer und Salz  
3 Rosmarinzweige  
4 Lachsfilets (je 140 g)



### 1. Schritt:

Kartoffeln schälen, waschen, in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebeln in Achtel schneiden. Zucchini waschen, putzen, der Länge nach halbieren, in Scheiben schneiden. Möhren schälen, putzen, in schmale Stifte schneiden. Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen, in mundgerechte Stücke schneiden. Kirschtomaten halbieren.

### 2. Schritt:

Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Gemüse mit 1 EL Olivenöl mischen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Mit Pfeffer und etwas Salz würzen. Einige Nadeln der Rosmarinzweige abzupfen und Nadeln und Zweige zwischen dem Gemüse verteilen. Gemüse ca. 30-35 Minuten im Ofen garen.

### 3. Schritt:

In der Zwischenzeit den Lachs abbrausen, mit Küchenpapier trocken tupfen. In einer großen, beschichteten Pfanne das übrige Olivenöl (1 EL) erhitzen. Lachsfilets von jeder Seite ca. 1 Minute goldbraun anbraten. Mit Pfeffer und etwas Salz würzen. Backblech aus dem Ofen nehmen, Temperatur auf 200 °C erhöhen. Die Fischfilets auf das Gemüse legen, in den Ofen zurückschieben und ca. 10 Minuten gar ziehen lassen.