

AUFWAND  
**klein**

KOCHDAUER  
**30 Min.**

SAISON  
**Frühling**

HERKUNFT  
**international**

## LACHS MIT TOMATEN UND GRÜNEN BOHNEN



### KURZ VORGESTELLT

Fisch und Gemüse in einer präsentablen Form im Ofen gekocht, eine Kochidee für den Alltag.

### ZUTATEN (4 PERSONEN)

370 g	Grüne Bohnen	8	Sardellenfilets
300 g	Datteltomaten	2 EL	Olivenöl
100 g	Schwarze Oliven, entsteint	700 g	Lachs, Mittelstück
			Salz, Pfeffer aus der Mühle

### ZUBEREITUNG

1. Den Ofen auf 220° C vorheizen. Eine ofenfeste Schale mit Deckel im Backofen erhitzen. Die Bohnen und 0,5 dl Wasser hineingeben und zugedeckt 3 Min. kochen.
2. Das Wasser abgiessen und mit Tomaten, Oliven, Sardellen und Olivenöl vermischen, salzen und pfeffern.
3. Im Ofen 8 Min. garen.
4. Den Lachs würzen, zwischen das Gemüse legen und alles 10 Min. fertiggaren.