Nah&Frisch



Bonduelle Professional

Goldene Lachspäckchen

Hauptspeise Fasten Fischgerichte Frühling Low Carb Sommer

Zubereitung **Schwierigkeit:** ●●●○○

Lachs waschen, trocken tupfen, mit Zitronensaft beträufeln und salzen. Knoblauch abziehen, zerdrücken und mit Olivenöl mischen.
Vier große Stücke Alufolie (ca. 30 x 30 cm Größe) mit Knoblauchöl auspinseln und jeweils ein Stück Lachs darauf geben. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden, Schafskäse grob würfeln. Goldmais abtropfen lassen und Kirschtomaten waschen und halbieren. Zwiebeln, Goldmais, Schafskäse und Tomaten auf und neben den Lachsstücken verteilen und mit Salz und Pfeffer bestreuen.
Alufolie zu Päckchen verschließen und auf dem Grill ca. 15-20 Minuten garen. Dazu schmeckt knuspriges Baguette.

Zutaten

- 4 Lachsfilets (à 150 g)
- 1 EL Zitronensaft
- Salz
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 4 Frühlingszwiebeln
- 200 g Schafskäse
- 1 Dose Goldmais von Bonduelle
- (285 g)
- 125 g Kirschtomaten
- bunter, grob geschroteter
- Pfeffer