



# IN ÖL GEGARTER LACHS MIT MANDELN



Für 4 Personen

## ZUTATEN

300 ml bestes, natives Olivenöl aus Spanien  
 1 frisches Lorbeerblatt  
 Schale ½ Bio-Zitrone  
 ½ TL gemörserte Korianderkörner  
 ½ TL gemörserte rosa Beeren  
 ½ TL gemörserte schwarze Pfefferkörner  
 ½ TL gemörserte Fenchelsamen  
 8 Lachsfilets (je 80 g) ohne Haut  
 Salz  
 2 EL geschälte Mandeln  
 ½ TL Currypulver  
 1 EL fein gehackte Korianderblätter  
 1 fein gehackte Frühlingszwiebel

## ZUBEREITUNG

Zitrone waschen, mit einem Sparschäler schälen. Auflaufform mit Olivenöl füllen, Lorbeerblatt, Zitronenschale und die gemörserten Gewürze dazu geben. Auflaufform auf Einschubhöhe 2 auf einem Gitter in den Backofen schieben, auf 80 °C CircoTherm® Heißluft vorheizen.

Mandeln mittelgrob hacken und in einer Pfanne (Induktionsfeld, stufe 6) trocken rösten. Currypulver untermischen, Pfanne von der Induktionsplatte nehmen. Die abgekühlten Curry-Mandeln mit Korianderblätter und Frühlingszwiebeln mischen.

Lachsfilets salzen und ins Öl legen. 20 Minuten im Ofen garen. Lachsfilets aus der Form nehmen, Öl abtropfen lassen und auf vorgewärmte Teller legen. Mit den Curry-Mandeln und der Koriander-Lauchzwiebelmischung bestreuen.

Noch ein wenig salzen und mit schwarzem Pfeffer bestreuen.