


# Lachsfilets mit pikanter Auflage

Ein besonderes Fischgericht mit Apfel, Paprika, Curry und Kokos

etwa 4 Portionen

 gelingt leicht

 bis 20 Minuten



## Zutaten:

### Zutaten:

etwa 500 g tiefgekühltes Lachsfilet (4 Stück)  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
1 gelbe Paprikaschote (etwa 150 g)  
etwa 125 Äpfel (klein)  
125 g Dr. Oetker Crème fraîche  
Gartenkräuter  
Curry  
1 EL Schnittlauchröllchen  
2 EL Kokosraspel  
1 TL Senf

## 1 Vorbereiten:

Lachsfilets nach Packungsanleitung auftauen lassen. Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze etwa 200 °C**  
**Heißluft etwa 180 °C**

## 2 Zubereiten:

Lachsfilets von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer bestreuen und auf das Backblech legen. Paprikaschote putzen. Apfel schälen. Apfel und Paprika in kleine Würfel schneiden, **mit der Hälfte** Crème fraîche verrühren und mit Salz und Curry würzen. Schnittlauchröllchen unterrühren. Die Masse auf den Filets gleichmäßig verteilen. Kokosraspel darüber streuen.

## 3 Das Blech in den Backofen schieben.

**Einschub: unteres Drittel**  
**Backzeit: etwa 15 Min.**

## 4 Übrige Crème fraîche mit Senf verrühren und zu den Filets servieren.



## Versuchsküche

### Rezepte und Tipps

Tipps aus der Versuchsküche

- Servieren Sie dazu eine Kräuter-Kartoffelcreme und grüne Bohnen.

