



Besser essen.  
Besser leben.

# Lachslaibchen

4 Personen 10 Minuten 6 Minuten einfach

## Zutaten

300 g Lachsfilet  
200 g griechischer Joghurt  
1 EL Honig  
1 kleine Zwiebel  
1 EL Estragonsenf  
1 TL Dillspitzen  
Salz  
Pfeffer  
Petersilie



## Zubereitung

### Dill-Senf-Honig-Sauce

1. Griechischen Joghurt, Senf, Dillspitzen und Honig in die Kombischüssel geben.
2. Alles gut miteinander vermengen und nach eigenem Gusto abschmecken. Im Kühlschrank kalt stellen.

### Lachslaibchen

3. Zwiebel schälen und in Stücke schneiden. Im Quick Cut sehr fein zerkleinern.
4. Lachsfilet von der Haut lösen, ggf. noch Gräten zupfen. In kleine Stücke schneiden. In den Quick Cut geben und zusammen mit den Zwiebeln zerkleinern bis eine grobe Farce entsteht.
5. Petersilie dazu geben, etwas Salz und Pfeffer und alles mit einigen Zügen am Quick Cut untermischen.
6. Dann Laibchen aus der Farce formen.
7. Die oPan auf Brattemperatur bringen. Dann Herd auf kleine Stufe stellen. Laibchen in die oPan legen. Ca. 2 bis 3 Minuten von jeder Seite braten.
8. Laibchen mit Sauce anrichten und servieren.

## Verwendete Produkte



Quick Cut



oPan 24cm abnehmbarer Stielgriff



Kombischüssel 20cm