Mediterranes Lachsfilet mit Paprika-Walnuss-Salsa

Zubereitungszeit:
ca. 25 Minuten

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	862 kcal/ 1512 kJ	Fett:	24,1 g
Eiweiß:	30,6 g	Davon gesättige Fettsäuren:	19,1 g
Kohlenhydrate:	5,5 g		

Zubereitung:

1. Lachsfilet abspülen, trockentupfen und in 4 Portionen schneiden. Mit Olivenöl bepinseln und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Jedes Lachsstück auf ein entsprechend großes Stück Butterbrotpapier legen. Limette abspülen und in Scheiben schneiden. Kräuter abbrausen. Lachs mit Limettenscheiben und Kräutern belegen. Papier zu einem Päckchen zusammenfalten.

2. Lachspäckchen auf ein Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad (Gas: Stufe 2, Umluft: 140 Grad) ca. 18-20 Minuten garen.

3. Für die Salsa Paprika putzen, abspülen und sehr fein würfeln. Schalotte pellen und fein würfeln. Olivenöl erhitzen. Paprika und Schalotte darin bissfest andünsten. Walnüsse hacken und untermischen. Limettensaft zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Salsa extra zum Lachs reichen.

Zutaten für 4 Portionen :

600 g	Lachsfilet
2 TL	Olivenöl
	Meersalz, Pfeffer aus der Mühle
1	Bio-Limette
	einige Zweige Rosmarin und Thymian
	Butterbrotpapier
Für die Salsa:	
	je 1/2 rote, grüne und gelbe Paprikaschote
1	Schalotte
1 EL	Olivenöl
60 g	kalifornische Walnüsse
	Saft von 1 Limette
	Salz, Pfeffer