



Von **Dr.Oetker**
am 04.06.2008

"Als Beilage eignen
sich Nudeln"

Lachsfilet und Bohnen mit Honig-Senf-Soße

Menüart: **Hauptspeise**
Anlass: **Weihnachten**
Zubereitungsart: **Braten**

Schwierigkeitsgrad: **gelingt leicht**
Zeitaufwand: **bis 40 Min.**
Tags: **Kochen, Fisch**

Zutaten für 4 Portion(en)

Zutaten:

500 g Lachsfilets (etwa 4 Filets)
Salz
300 g tiefgekühlte grüne Bohnen
2 EL Sesamöl
20 g Butter
1 Becher Dr. Oetker Crème fraîche Classic (150 g)
2 TL Honig
2 TL grobkörniger Senf
frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Zubereiten:

Lachsfilets nach Packungsanleitung auftauen lassen, dann mit Salz bestreuen. Bohnen nach Packungsanleitung in Salzwasser gar kochen.

Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, Lachs von beiden Seiten darin braten.

Bratzeit:
etwa 6 Minuten

Bohnen auf einem Sieb abtropfen lassen. Butter in einem Topf zerlassen, Bohnen darin schwenken. Bohnen und Lachs auf einer Platte anrichten und warm stellen.

Wie hat's geschmeckt?

Bewerten Sie das Rezept
anschließend auf
<http://www.rezeptwiese.de>
und/oder schreiben
Sie einen Kommentar!

Crème fraîche, Honig und Senf in den Bratsud rühren, kurz erhitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf dem Lachs verteilen.

TIPP:

Servieren Sie dazu Nudeln.