





Lachsfilet mit gegrilltem Spargel und Aioli

 Zeit gesamt
35min

 Zubereitungszeit
15min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, festkochend	1 kg
grüner Spargel	2 Bund
Knoblauchknolle	1 St.
Zitronen	1 St.
Schnittlauch, frisch	5 g
Olivenöl	3 EL
Lachsfilet, mariniert	4 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Aioli	4 EL

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf mit Deckel, Grill

1. In einem Topf Kartoffeln mit Wasser bedeckt auf hoher Stufe aufkochen und zugedeckt auf mittlerer Stufe ca. 25 Min. garen. Derweil Spargel waschen, unteres Drittel nach Belieben schälen und holzige Enden abbrechen. Knoblauchknolle halbieren, Zitrone in Spalten schneiden und Schnittlauch in Ringe schneiden.
2. Kartoffeln abgießen und im Topf mit 1 EL Olivenöl vermengen. In einer Schüssel grünen Spargel mit Knoblauch und 2 EL Olivenöl vermengen.
3. Grill anheizen. Lachs auf der Hautseite ca. 5 Min. grillen. Anschließend wenden und nochmals ca. 2 Min. grillen. Kartoffeln, Spargel und Knoblauch auf dem Grill ebenfalls ca. 5–7 Min. grillen.
4. Gegrillte Kartoffeln, Spargel und Knoblauch auf eine Servierplatte geben. Kartoffeln nach Belieben leicht andrücken und Grillgemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Gegrillten Lachs auf das Grillgemüse setzen und mit Aioli, Schnittlauch und Zitrone servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Der Knoblauch gibt nicht nur beim Grillen dem Spargel sein feines Aroma ab. Drücke den gegrillten Knoblauch aus seiner Schale. Leicht zerdrückt schmeckt er sehr gut zu den gegrillten Kartoffeln und dem Spargel.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 607 kcal

Kohlenhydrate 49 g

Eiweiß 30 g

Ballaststoffe 5 g

Fette 32 g
