1A+1B Fisch

Griechisches Traybake mit Lachs und Zucchini

Zubereitungszeit
30 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Die Zucchini in halbe Scheiben schneiden und die Zwiebel würfeln. Die Oliven halbieren und den Dill fein hacken. Zucchini, rote Zwiebel und Oliven mit dem Olivenöl vermengen und mit Pfeffer und Salz würzen. Das Lachsfilet darauflegen und ebenfalls mit Pfeffer, Salz und dem frischen Dill würzen. Ca. 25 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Zum Schluss den Ziegenkäse darüber zerbröckeln.

Zutaten

- [ ] 100-150 g Lachsfilet
- [ ] 40-50 g Ziegenkäse
- [ ] 100 g Zucchini
- [ ] ¼ rote Zwiebel
- [ ] 5 grüne Oliven
- [ ] ½ Zweig frischer Dill
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**431 kcal**
Kohlenhydrate	**6 g**
Fett	**32 g**
Ballaststoffe	**1 g**
Eiweiß	**29 g**