Einfach
35 min
2 Portionen

Brokkoli Lachs Gratin

Genieße die köstliche Kombination von zartem Lachs und gesundem Brokkoli mit unserem Gratin. Perfekt für ein herzhaftes Abendessen oder eine besondere Mahlzeit!

300 g Broccoli
250 g frischer Lachs (Mittelstück)
1 Beutel MAGGI Fix für Lachs-Sahne Gratin
250 ml Schlagsahne
1 EL Pinienkerne
etwas Salz, grob

Schritte

1. **Backofen vorheizen**

   1min

   Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.

2. **Brokkoli und Lachs in Auflaufform geben**

1min

Den Brokkoli auftauen lassen und die Röschen zusammen mit dem Lachs in eine Auflaufform geben.

3. **Sauce anrühren und Auflauf backen**

   33min

   MAGGI Fix für Lachs-Sahne Gratin mit der Sahne verrühren und über den Lachs gießen. Anschließend mit Pinienkernen oder Mandelblättchen bestreuen und im Backofen ca. 30 Min. backen. Nach Belieben mit Salz & Pfeffer würzen und servieren!

Tipps

Die perfekte Beilage

Als Beilage eignen sich z.B. Reis oder Nudeln.

Nährwerte anzeigen

Kohlenhydrate	14.1 g
Energie	737.1 kcal
Fett	60.6 g
Ballaststoff	4.9 g
Protein	35.2 g

Gesättigte Fette	26.4 g
Natrium	311.4 mg
Zucker	10.9 g

Alle Angaben pro Portion