

# Lachs-Sahne-Gratin

2 Personen

## Zutaten

2 Lachsfilets (TK, ca. 300g)  
1 große Zwiebel  
1 große Knoblauchzehe  
Olivenöl  
200ml Sahne  
300ml Wasser  
2 gehäufte TL Gemüsebrühpulver  
130g Tomatenmark  
getrocknete Dillspitzen

dazu passen Reis (200g) oder Bandnudeln (300g)

## Zubereitung für den Lachs aus dem Ofen

1. Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen. Lachsfilets in eine Auflaufform geben. Diese sollte nicht zu groß sein.
2. Die Zwiebel klein schneiden und in einem kleinen Topf mit Olivenöl andünsten. Den Knoblauch hinzu pressen oder ganz klein schneiden und dazu geben.
3. Mit Sahne und Wasser ablöschen. Dann Gemüsebrühpulver und das Tomatenmark hinzugeben und alles gut vermengen. Einmal aufkochen lassen.
4. Die Sauce über den Lachs gießen und mit Dillspitzen verfeinern. Im Ofen ca. 20-25 Minuten backen (je nach Dicke des Lachses).
5. In dieser Zeit den Reis garen bzw. die Bandnudeln kochen. Zusammen servieren.