

## Lachsfilet mit grüner Soße

Ein leckeres und leichtes Gericht, zubereitet mit Kokosöl!

### Zutaten für 1 - 2 Personen:

300 g Lachsfilet  
Steinsalz  
Frisch gemahlener Pfeffer  
Kokosöl von Amanprana  
Frische Kräuter (Petersilie, Basilikum, Schnittlauch)  
4 TL Herb-Acetum-Essig  
2 klein gewürfelte Gewürzgerurken  
1 TL Dijon-Senf  
200 g Joghurt  
2 fein gehackte Blätter vom Kopfsalat  
2 Spalten Zitrone



### Hinweis:

*Wir empfehlen Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau zu wählen.*

### Zubereitung:

Das Filet salzen und pfeffern. In wenig Kokosöl von beiden Seiten kross anbraten, doch nicht zu braun werden lassen. Die Zitronenspalten und etwas von den Kräutern für das Anrichten beiseitelegen.

Aus den restlichen Zutaten eine feine Kräutersoße zubereiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Alles auf einem Teller anrichten und den Lachs mit Zitrone und Kräutern garnieren.

Wer ein üppigeres Mahl möchte, kann dazu Kartoffeln und Brokkoli oder Pasta kochen.