

## Ofen-Lachs mit Dill-Kartoffeln

Lachsfilet aus dem Ofen – auf finnisch „Lohifile uunissa“ – serviert von Kochcast-Hörerin Martina, die 6 Jahre lang in Finnland gelebt hat. Dazu serviert Martina köstliche Dill-Kartoffeln. Hyvää roukahalua – guten Appetit!

Vorbereitung 30 Min. · Kochzeit 25 Min. · Gesamtzeit 55 Min. · 4 Portionen

---

### Zutaten

---

800 g Lachsfilet  
2 EL gehackter Dill  
1 EL Butter  
1 EL Zitronensaft  
gemahlener schwarzer Pfeffer  
Meersalz

#### Zutaten für die Dill-Kartoffeln:

12 mittelgroße Kartoffeln (mit Schale)  
1 Bund Dill  
Meersalz

### Zubereitung

---

1. Heizt den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vor.
2. Nehmt 800 g (möglichst dickes) Lachsfilet, wascht es ab und tupft es trocken. Schneidet den Lachs alle 3-4 Zentimeter tief ein und legt ihn dann mit der Haut nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech.
3. Verteilt 1 EL Butter und 2 EL gehackten Dill in die Schlitzte und beträufelt den Lachs anschließend mit 1 EL Zitronensaft.
4. Würzt den Lachs kräftig mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer und Meersalz und schiebt ihn dann für ca. 25 Minuten in den Backofen.
5. Während der Lachs im Ofen gart, gebt ihr 12 mittelgroße Kartoffeln mit Schale in einen Topf mit Wasser, Meersalz und einem Bund Dill. Kocht die Kartoffeln und serviert sie mit frisch gehacktem Dill. Wenn ihr mögt, könnt ihr die Kartoffeln auch in brauner Butter oder mit Sahne servieren.
6. Dazu schmeckt Gurkensalat mit einem Olivenöl/Zitronen-Dressing, roten Zwiebeln, Salz, Pfeffer und Dill.