

# Pfefferlachs

*Für 4 Personen*

## **Zutaten:**

600 g Lachsfilet ohne Haut  
1 EL rosa Pfeffer  
1 EL Szechuanpfeffer  
2 EL Pfefferkörner, schwarze  
Salz od. Fleur de Sel  
4 EL Olivenöl  
etwas Zitronensaft

*Vorbereitung 10 Minuten, Kochzeit ca. 10 Minuten*

1. Backofen auf 100°C vorheizen. Lachs in Portionsstücke schneiden und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Gewürzkörner im Mörser grob zerdrücken, Lachs salzen, in der Pfeffermischung wenden.
2. Im heißen Olivenöl von jeder Seite ca. 1 Minute anbraten. Im Ofen auf der mittleren Schiene 5 Minuten ziehen lassen.
3. Dazu passen Bratkartoffel, Wirsinggemüse oder Salat

*Man kann den Lachs auch auf dem Herd ganz langsam braten, dann entfällt das Fertigbraten im Backofen.*