2A Fisch

Gegrillter Lachssalat mit Gurke und Grapefruit

Zubereitungszeit
20 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Eine Grillpfanne gut erhitzen. Den Lachs mit der Hälfte des Olivenöls einreiben und mit Pfeffer und Salz bestreuen. Den Lachs von beiden Seiten bis zur gewünschten Garstufe grillen. In der Zwischenzeit Gurke und Grapefruit in halbe Scheiben und Oliven in Ringe schneiden. 1 Grapefruitspalte für das Dressing beiseite halten. Ein Dressing aus dem restlichen Olivenöl, dem Saft der Grapefruitspalte, dem Apfelessig sowie Pfeffer und Salz herstellen. Salat, Gurke, Grapefruit und Oliven auf dem Teller verteilen. Den Salat mit dem Dressing besprenkeln und mit dem gegrillten Lachs servieren.

Zutaten

- [ ] 150-200 g Lachsfilet
- [ ] 100 g gemischter Salat
- [ ] 150 g Gurke
- [ ] ½ Grapefruit
- [ ] 1½ EL Olivenöl
- [ ] 1 TL Apfelessig
- [ ] 5 schwarze Oliven
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**509 kcal**
Kohlenhydrate	**10 g**
Fett	**35 g**
Ballaststoffe	**6 g**
Eiweiß	**33 g**