

Seelachs-Filet mit Lauchgemüse (2 Portionen)

**Tipp:**

Geben Sie frische Tomaten hinzu, um eine leichte & leckere Soße zu erhalten.

Zutaten:

- 8 kleine Kartoffeln
- 2 Stückchen Seelachs-Filet (tiefgefroren)
- 4 Möhren
- 1 Stange Lauch

Zubereitung:

Gemüse putzen, gleichmäßig schneiden und mit dem tiefgefrorenen Filet in einen Dampfgar-Beutel geben. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen und gemäß Anleitung garen. Für die Beilage Kartoffeln waschen, tropfnass in einen zweiten Beutel geben und gemäß Anleitung garen – fertig!