



## Bagt laks

1 person

### Ingredienser

Laksefileter, Havfrisk, 125 g  
Timian, frisk, 0,5 tsk  
Salt, 0,25 knivspids (0,25 ml)  
Peber, sort, 0,25 knivspids (0,25 ml)

### Fremgangsmåde

Tilberede laksen med krydderier og friske urter, fx timian.

Tilbered laksen i ovnen på 180 graders varmluft i ca. 15 minutter – hold øje så de ikke bliver branket og tørre.

### Ernæringsindhold pr. person:

KCAL: 222  
Protein: 25 g  
Fedt: 13,8 g  
Kulhydrat: 0,059 g

Bemærk! Opskriften er skaleret. Det kan medføre at der skal justeres i forhold til den beskrevne fremgangsmåde.