

Zutaten

- 1 Zitrone(n), unbehandelt
- 500 g Lachs, tiefgefroren
- 300 g Blattspinat, tiefgefroren
- 1 Brötchen
- 4 EL Pinienkerne
- 250 ml Wasser
- 250 ml Schlagsahne
- 2 Beutel MAGGI Fix für Lachs-Sahne Gratin

Zubereitung

- 1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (Umluft 170°C) vorheizen.
- 2. Zitrone heiß abwaschen und die Schale abreiben. 2 EL Saft auspressen. Lachsfilet und Spinat auftauen lassen und ausdrücken. Spinat in eine Auflaufform geben und das Lachsfilet darauf legen.
- 3. Brötchen in kleine Würfel schneiden und mit dem Blitzhacker zu feinen Bröseln verarbeiten. Pinienkerne mit der Zitronenschale, restlichem Zitronensaft und den Bröseln mischen.
- 4. In einem Topf Wasser mit Sahne und MAGGI Fix für Lachs-Sahne Gratin verrühren und unter Rühren zum Kochen bringen.
- 5. Die Sauce über den Fisch geben. Die Bröselmischung darauf verteilen und im vorgeheizten Backofen ca. 25 Min. backen.

33 g

Nährwert-Anzeige

Protein

40 Minuten

Kohlenhydrate 16 g
Energie 586 kcal
Fett 43 g

4 Portionen