

Nudelhäppchen

Fisch-Gerichte » Lachs-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 500g Lachsfilet(s)
- » Zitronensaft
- » Worcestersauce
- » Salz & Pfeffer
- » 300ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 450g Blattspinat
- » 3 EL Butter/Margarine
- » 2 Schalotte(n)
- » 4 Knoblauchzehe(n)
- » Cayennepfeffer
- » Muskat
- » 60g geh. Mandeln
- » 20g ger. Parmesan
- » 60ml Olivenöl
- » 12 Scheiben Weißbrot
- » 400g Muschelnudeln
- » Basilikum
- » 2 Tomate(n)

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Lachsfilet abbrausen, trockentupfen und würfeln. Mit Zitronensaft, Worcestersauce beträufeln und mit Salz, Pfeffer würzen. Im Kühlschrank ca. 15min ziehen lassen. Anschließend die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen und die Lachswürfel darin garen. Danach herausnehmen und gut abtropfen lassen.

2. Spinat auftauen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und zwei Knoblauchzehen abziehen, fein würfeln und im Fett glasig dünsten. Spinat zufügen und kurz mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Muskat würzen.

3. Restliche Knoblauchzehen abziehen und grob hacken. Mit Mandeln und Parmesan pürieren. 50ml Olivenöl tropfenweise einrühren.

4. Aus den Toastbrotsccheiben Kreise ausstechen, mit restlichem Olivenöl beträufeln und unter dem Grill goldgelb rösten. Hälfte des Spinats darauf verteilen, leicht andrücken. Je eine Muschelnudel darauf setzen, mit übrigem Spinat, Lachswürfeln und Mandelcreme füllen. Mit Basilikumblättchen, Tomatenwürfeln und evtl. Zitronenecken garniert servieren.

Nährwerte: 950kcal/E46g/F48g/KH84g pro Portion

angelegt am: 18.02.2005

Rezept-Nr: 1534

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke