



Lachsstrudel mit Blätterteig und Spinat

dazu Zucchini-Queller-Salat



40-50min



2 Portionen

Wir finden: Ab und zu kann man auch mal ein bisschen Luxus zum Abendessen servieren. Dieses Rezept zum Beispiel macht optisch und geschmacklich ordentlich was her, ist aber ziemlich einfach in der Zubereitung. Zarter Lachs wird mit einer Spinat-Käse-Mischung bedeckt und in Blätterteig eingeschlagen, der anschließend im Ofen herrlich knusprig gebacken wird. Dazu gibt es einen Salat aus gebratener Zucchini und knackigem Queller.

Was du von uns bekommst

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 10g Dill
- 1 Stückchen Hartkäse ^{1,4}
- 200g Babyspinat (ungewaschen)
- 50g Bio-Semmelbrösel ³
- 1 Becher Crème fraîche ⁴
- 2 MSC-Lachsfilets, aufgetaut ²
- 1 Pck. Blätterteig ³
- 1 Zucchini
- 1 unbehandelte Zitrone
- 60g Queller

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ¹
- 1EL Butter ⁴
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Küchenpinsel
- Schneebeesen

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (1), Fisch (2), Gluten (3), Milch (4).
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1446kcal, Fett 102.3g,
Kohlenhydrate 84.0g, Eiweiß 49.0g



1. Zwiebeln anschwitzen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die **Zwiebel** schälen und halbieren, **eine Hälfte** grob würfeln, die **andere Hälfte** für ein anderes Rezept aufbewahren. Die **Zwiebeln** und die **½ des Knoblauchs** in einer großen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze 5-7Min. anschwitzen.



4. Strudel backen

Den **Strudel** umdrehen, sodass die Nähte unten sind, und mit dem Papier auf ein Backblech legen. 1 Ei verquirlen und den **Strudel** damit bepinseln. Die Oberseite des **Strudels** kreuzweise einschneiden und erneut mit dem Ei bepinseln. Den **Strudel** ca. 20Min. im Ofen backen, bis er goldbraun ist.



2. Spinat & Käse zugeben

Den **Dill samt Stängeln** fein schneiden. Den **Käse** grob reiben. Den **Spinat** zu den **Zwiebeln** geben und mit ½TL Salz sowie Pfeffer nach Geschmack würzen. Den **Spinat** zusammenfallen lassen, dann die **½ der Semmelbrösel**, die **Crème fraîche**, den **Käse** und den **Dill** unterrühren. Vom Herd nehmen und beiseitestellen.



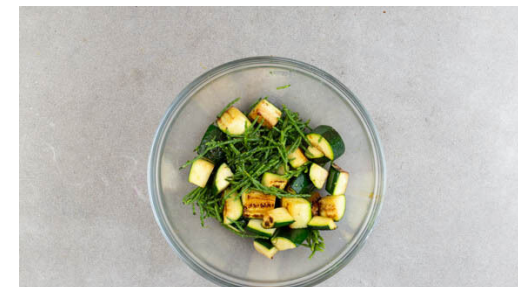
5. Zucchini braten

Die **Zucchini** längs vierteln, dann quer in ca. 3cm große Stücke schneiden. In einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer bis starker Hitze 5-7Min. braten, bis sich deutliche Röstspuren abzeichnen. Dabei so wenig wie möglich wenden. Anschließend abgedeckt bei mittlerer Hitze weitere 8-10Min. braten, bis die **Zucchini** weich sind.



3. Strudel vorbereiten

Den **Fisch** kalt abspülen, trocken tupfen und evtl. vorhandene Gräten und Schuppen entfernen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den **Teig** mit dem Papier nach unten ausrollen, den **Fisch** mittig auf dem **Teig** platzieren. Den **Spinat-Mix** darauf verteilen. Erst die langen, dann die kurzen Seiten des **Teiges** über den **Fisch** falten, ggf. kürzen, falls der **Teig** zu lang ist.



6. Salat zubereiten

Die **Zitrone** halbieren und auspressen. **1EL Zitronensaft** mit 1TL Honig, 1EL Olivenöl und dem **übrigen Knoblauch** zu einem **Dressing** verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann mit den **Zucchini** und dem **Queller** vermengen. Ggf. erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Lachsstrudel** halbieren und mit dem **Salat** servieren.