



SPINAT- LACHS-LASAGNE



Alles und noch viel mehr.



Timo Hinkelmann's
KREATIVE KÜCHE



Timo Hinkelmann's
KREATIVE KÜCHE

ZUTATEN

(für 4 Portionen)

- 400g** Norwegisches Lachsfilet
(ohne Haut und Gräten)
- 250g** Spinat, tiefgefroren
Salz, Pfeffer, Muskat
- 1** Schalotte
- 20g** Butter
- 20g** Mehl
- 200ml** Fischfond
- 200ml** Sahne
- 1 Msp.** Safran
- 500g** Nudelplatten
- 8** Garnelen, roh
(ohne Schale und Darm)

SPINAT- LACHS- LASAGNE

 ZUBEREITUNG  **45 Minuten**
 FERTIG IN  **1 ¼ Stunden**

- 1. Lachsfilet** in 3 mm dünne Scheiben schneiden. Den **aufgetauten Spinat** ausdrücken, klein schneiden und in einer Schüssel mit **Salz, Pfeffer** und **Muskat** würzen.
- 2. Schalotte** fein hacken und in einer Pfanne mit **Butter** anschwitzen. **Mehl** dazu geben und kurz mit anschwitzen. Mit dem **Fischfond** ablöschen, verrühren und **Sahne** dazugeben. Mit **Safran, Salz** und **Pfeffer** abschmecken.
- 3.** Eine Auflaufform mit **Butter** fetten und mit einer Lage Nudelplatten auslegen. Die Hälfte des Spinates auf den Nudelplatten verteilen und mit Lachs belegen. Danach wieder eine Lage Nudelplatten darauflegen. Dann die andere Hälfte des Spinates auf die Nudelplatten geben und die Garnelen darauf verteilen. Danach wieder eine Lage Nudelplatten. Die Soße darüber gießen, mit Alufolie abdecken. Alles für **ca. 30 Minuten im Backofen bei 200 Grad fertigaren.**



 Durchschnittliche Nährwerte pro Portion

907 kcal 36,7 g Fett
44,8 g Eiweiß 102,5 g Kohlenhydrate