

Lachsfilet mit Parmesan Brot Kruste

Zutaten für 4 Portionen:

1	Zwiebel
1 EL	Öl
500 g	TK-Blattspinat
2-3	Scheiben Weißbrot (alternativ Semmelbrösel ca. 50 g)
1	Knoblauchzehe
3 – 4 Stiele	Petersilie
2 EL	Butter
250 g	Kirschtomaten
Salz	
Pfeffer	
Muskat	
150 g	Schlagsahne
600 g	Lachsfilet
50 g	Parmesan, gerieben

Zwiebel schälen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel darin andünsten. Gefrorenen Spinat und 3 EL Wasser zugeben und zugedeckt ca. 15 min garen. Ca. 5 Minuten offen weiter garen, damit das Kochwasser verdampft.

Für die Kruste Brot fein zerbröseln (daher kann man gleich Semmelbrösel nehmen). Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen. Brot darin goldbraun rösten. Knoblauch und Petersilie zugeben, kurz rösten und vom Herd ziehen.

Ofen vorheizen (Umluft 175 Grad). Tomaten waschen und halbieren. Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zusammen mit den Tomaten in einer Auflaufform verteilen. Sahne darüber gießen. Lachsfilets abspülen, trocken tupfen und in 4 Tranchen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf den Spinat setzen. Parmesan reiben und mit dem Bröselmix mischen. Auf dem Lachs verteilen und etwas andrücken. Im heißen Ofen ca. 20 min backen.

Dazu passt Kartoffelpüree.