

# Lachslasagne mit Spinat und Parmesan

- **Portionen:** 5-6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 35m
- **Fertig in** 55m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '55', 'cook_time' : '35m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '5-6', 'yield' : " } });
```

Für jeden Tag, einfach und schnell und dabei so lecker

## Zutaten

- 600 - 800 g Lachsfilet ohne Haut, in ½ cm dicken Scheiben
- 250 g Lagneplättchen aus dem Supermarkt
- Saft und Abrieb von 1/2 Bio - Zitrone
- 2 Tl Honig
- 800 g frischer Freilandspinat, geputzt und mehrfach gewaschen
- 2 mittelgroße Zwiebeln in Würfeln
- 1 - 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- 1 El Öl
- 60 g Butter
- 50 g Mehl
- 250 ml Gemüsebrühe, heiß
- 400 ml Milch
- 100 ml Sahne
- Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss
- 1 El körniger Senf
- 2 El Semmelbrösel
- 50 g Parmesan, frisch gerieben

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Soße:

### Schritt2

40 g Butter mit den Zwiebeln glasig anschwitzen, das Mehl dazu geben, 1 min. „ausschwitzen“ lassen. Mit der Gemüsebrühe, der Milch und der Sahne aufgießen, glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und Senf würzen, 10 min. leise köcheln lassen.

### **Schritt3**

Das Lachsfilet unter fließendem Wasser waschen, abspülen, trocken tupfen und in 1/2 cm breite Scheiben schneiden.

### **Schritt4**

Den Zitronensaft und den Abrieb mit dem Honig verrühren, über den Lachs geben, marinieren.

### **Schritt5**

Der Spinat:

### **Schritt6**

Putzen, die groben Stiele entfernen und mehrfach waschen, Anschließend trocken schleudern oder auf einem Küchentuch auslegen.

### **Schritt7**

Die Zwiebeln und den Knoblauch in Butter glasig anschwitzen, den Spinat dazu geben. Bei geschlossenem Decke 1 - 2 min. ankochen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Auf einem Küchensieb trocken ablaufen lassen.

### **Schritt8**

Der Aufbau:

### **Schritt9**

Etwas von der Soße in eine ausreichend große Auflaufform

### **Schritt10**

(ca. 33 x 22 x 6 cm) geben und mit der ersten Schicht Lasagne Platten belegen.

### **Schritt11**

Dann folgt eine Schicht Spinat und das Lachsfilet; Den Vorgang wiederholen, mit der übrigen Soße abschließen.

### **Schritt12**

Den geriebenen Parmesan mit den Semmelbröseln mischen. Gleichmäßig darüber streuen und mit einigen Butterflöckchen vollenden.

### **Schritt13**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt14**

In den (auf 180° C Umluft in die mittlere Schiene) vorgeheizten Backofen für 25 - 30 min. schieben, appetitlich überbacken und in der Auflaufform zu Tisch geben.

**Rezeptart:** Nudelrezepte **Tags:** bürgerlich, einfach und schnell, für jeden tag, herzhaft, preiswert, schmackig

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lachslasagne-mit-spinat-und-parmesan/>