

Lasagne mit Lachsschnitzel , geschmorter Blattspinat und Sauce Mornay

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 50m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '50', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Das schnelle, einfache und "schmackige" Pastarezept, schmeckt jedem

Zutaten

- 4 taufrische Lachsschnitzel à 180 g
- 500 - 600 g frischer Blattspinat (Geht auch mit T.K. Spinat)
- 1 kleines Päckchen Lasagne Blätter (2 Stück p. P)
- 4 Schalotten, gewürfelt
- 1 mit Salz geriebene Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- 1/4 l Trockener Weißwein
- 1/4 l guter Fischfond (aus dem Supermarkt)
- 2 El Mehl
- 1 Becher Crème fraiche
- 40 - 50 g kalte Butter
- 40 - 45 g frisch geriebener Bergkäse, wie Gryerzer, Peccorino, oder Parmesan
- Salz, Pfeffer, etwas Cayenne

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Den frischen Blattspinat mehrfach waschen und wieder gut trocknen.

Schritt3

Die Knoblauchzehe fein würfeln und mit etwas Salz mittels eines Messerrückens "pastenähnlich "

verreiben, die Schalotten fein würfeln.

Schritt4

Die Lasagne Blätter in Salzwasser "al dente" abkochen, ganz kurz abkühlen.

Schritt5

Die Mornay Soße:

Schritt6

Einige Zwiebelwürfel in etwas Butter glasig anschwitzen, das Mehl verrühren und mit dem Fischfond, dem Weißwein und Crème fraiche aufgießen. Auf die benötigte Menge reduzieren lassen, mit etwas Cayenne nachschmecken und mit dem geriebenen Käse einmal aufkochen.

Schritt7

Der Spinat:

Schritt8

Die zweite Hälfte der gehackten Schalotten und den Knoblauch in reichlich Butter glasig anschwitzen

Schritt9

(Spinat "schreit" geradezu nach Butter) und den vorbereiteten Spinat dazu geben.

Schritt10

Salzen, pfeffern und mit etwas geriebener Muskatnuss würzen. Reichlich wenden und den Spinat geradezu in der Butter schmoren, kurz halten.

Schritt11

Die Lachsschnitzel:

Schritt12

Die Schalotten in einer passenden "Braisere" mit etwas Butter glasig anschwitzen. Die Lachschnitzel einzeln darüber geben, salzen, pfeffern und mit einigen Zitronensaft beträufeln.

Schritt13

Für 15 min. bei 90° C in den Backofen schieben. Danach den Lachs herausnehmen, prüfen und kurz warm stellen.

Schritt14

(Ich wähle diese Niedrigtemperatur, weil es eine sehr, sehr schonende Garmethode ist und der Lachs außerordentlich zart und saftig bleibt.)

Schritt15

Der Aufbau .

Schritt16

Mit einem Lasagne Blatt beginnen und darüber reichlich Spinat geben.

Schritt17

Wiederum ein Lasagne Blatt und wieder Spinat anrichten. Zuletzt das Lachschnitzel darüber geben, alles mit der Käsesoße "nappieren", übergießen.

Schritt18

So ist doch eine optisch und geschmacklich eindrucksvolle Portion entstanden, die keine Wünsche offen lässt.

Schritt19

.

Rezeptart: Warme Fischgerichte **Tags:** gesund, leicht

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lasagne-mit-lachsschnitzel-geschmorter-blattspinat-und-sauce-mornay/>