

Lachs auf einem Spinatbett mit Sahne Sauce

Schritte: 8

Schwierigkeitsgrad:

Zutaten

4 Portionen

400 g	Lachs	1	rote Paprika
1	Zwiebel	100 ml	Sahne
50 g	Parmesan	500 g	Spinat
	Öl		Pfeffer
	Muskatnuss	3	Knoblauchzehen
	Salz		Paprikapulver
1 EL	Teriyaki Sauce	1 EL	Ingwer
1 EL	getrockneten Oregano	1 EL	Bohnenkraut
1 EL	Honig		

Zubereitung

In einer Pfanne Knoblauch in Öl anbraten, bis er goldbraun ist, anschließend herausnehmen. In diesem Öl nun Zwiebel und Paprika braten, dann Salz, Paprikapulver und Spinat zugeben und verrühren.

In einer Schüssel Teriyaki Sauce mit Ingwer, Oregano, Bohnenkraut und Honig vermischen.

Den Lachs mit der Gewürzmischung bestreichen und 30 Minuten marinieren lassen.

Das Gemüse in eine Form geben, den Lachs darauf legen und die Form für 25 Minuten in den auf 185°C vorgeheizten Backofen schieben.

In dieser Zeit Pfeffer, geriebene Muskatnuss und Parmesan in den Schmand einrühren.

Wenn der Lachs durchgebraten ist, die Sahne Sauce darüber gießen und noch einmal 10 Minuten im Backofen lassen.

Mit Parmesan servieren.