

Lachs. Spitzkohl- Auflauf

Für 4 Portionen:

400 g Lachsfilet	1 kleiner Spitzkohl (500 g)	2 Eier
150 ml Sahne	100 g Frischkäse	100 g geriebener Käse
1 TL Dijon-Senf	1 TL Zitronensaft	1 Knoblauchzehe, gehackt
1 TL Paprikapulver	Salz, Pfeffer	1 EL Olivenöl
Frische Kräuter		

Den Backofen auf 200°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Den Spitzkohl vierteln, den Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden.

Den Lachs in mundgerechte Stücke schneiden und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

In einer Schüssel Frischkäse, Sahne, Eier, Dijon-Senf, Knoblauch und Paprikapulver vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Spitzkohl für 5 Minuten anbraten, bis er leicht weich wird.

Den Spitzkohl in eine große Auflaufform geben und die Lachswürfel darauf verteilen.

Die vorbereitete Sahne-Frischkäse-Mischung gleichmäßig über den Lachs und den Spitzkohl gießen.

Den geriebenen Käse darüber verteilen.

Im Ofen 25-30 Minuten backen, bis der Käse goldbraun und geschmolzen ist.

Den Auflauf aus dem Ofen nehmen, mit frischen Kräutern garnieren und heiß servieren.

NN am 06. Mai 2025