

Lachs-Frikadelle mit Rahmspinat

Für 2 Portionen:

400 g TK-Spinat	300 g Lachsfilet	1 Tl Butter
1 Tl Mehl	100 ml Sahne	100 ml Milch
1 Schalotte	0,25 Bund Dill	1 Tl Senf
2 El Semmelbrösel	0,50 Tl Knoblauchpulver	2 El Pflanzenöl
Muskatnuss	Salz, Pfeffer	

Spinat mit einem Schuss Wasser in einem kleinen Topf leicht erhitzen, bis der Spinat aufgetaut ist.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Mehl hinzugeben und leicht rösten. Milch und Sahne unter Rühren hinzugeben. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Spinat hinzugeben und kurz aufkochen.

Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Dill fein hacken.

Lachs abwaschen, trocken tupfen, ggf. von der Haut befreien und ebenfalls fein hacken. Alles zusammen mit Senf, Semmelbröseln, Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer würzen. Anschließend zu 4-6 gleich großen Frikadellen formen.

In einer Pfanne Öl erhitzen. Lachsfrikadellen darin knusprig braun braten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Lachsfrikadelle zusammen mit dem Rahmspinat auf Tellern anrichten.

Christoph Rüffer am 12. April 2025