

Gedünstetes Lachsfilet in Dillsahne mit Kartoffelnocken

Zubereitet mit: Pfanni

ca. 45 min | einfach

Zutaten

für 4 Portionen

- 450 g tiefgekühlter Blattspinat
- 1 Packung PFANNI Teig für Klöße aus gekochten Kartoffeln
- 1 Prise gemahlene Muskatnuss
- 2 EL Crème fraîche
- Jodsalz
- 2 Schalotten
- 40 g Margarine
- weißer Pfeffer
- 250 ml Weißwein (ersatzweise Gemüsebrühe oder Fischfond)
- 600 g Lachsfilet (4 Filets à 150 g)
- 200 ml Kochsahne (15% Fett)
- 2-3 gestrichene EL MONDAMIN Saucenbinder, hell
- 1 Bund Dill

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	3208 kJ
Energie (Kilokalorien):	767 kcal
Fett:	36 g
davon gesättigte Fettsäuren:	12 g
Kohlenhydrate:	58 g
davon Zucker:	8,3 g
Ballaststoffe:	7,4 g
Eiweiß:	39 g
Salz:	2,5 g

Zubereitung

1. Für das gedünstete Lachsfilet in Dillsahne mit Kartoffelnocken 450 g Blattspinat in einem Topf oder der Mikrowelle auftauen. Packungsinhalt Pfanni Teig für Klöße, 1 Prise Muskat und 2 EL Crème fraîche in 625 ml kaltes Wasser einrühren und 5 Minuten quellen lassen.

2. Aus dem Kartoffelteig mit 2 nassen Esslöffeln ca. 20 Nocken abstechen und in reichlich kochendes,

gesalzenes Wasser legen. Kurz aufkochen und bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten ziehen lassen.

3. 2 Schalotten schälen und fein würfeln. Die Hälfte der Schalottenwürfel in einem Topf in 20 g Margarine glasig dünsten. Blattspinat dazugeben und 5 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

4. Restliche Schalottenwürfel in einem flachen, weiten Topf in 20 g Margarine glasig dünsten, 250 ml Wein dazugießen und mit Salz und Pfeffer würzen. 4 Lachsfilets hineinlegen und zugedeckt bei schwacher Hitze 5-8 Minuten dünsten.

5. Lachs herausnehmen und abgedeckt warm stellen. Weinsud durch ein Haarsieb gießen und Sud in einem Topf auffangen. 200 ml Sahne dazugeben, aufkochen und mit 2-3 gestrichenen EL Mondamin Saucenbinder binden. 1 Bund Dill fein schneiden und zufügen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gedünstetes Lachsfilet in Dillsahne mit Kartoffelnocken anrichten.

Tipps zu diesem Rezept

Der Lachs glänzt schön, wenn er vor dem Servieren mit flüssiger Margarine eingepinselt wird.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 45 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?
Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.

Unilever Deutschland Holding GmbH
Kontakt aufnehmen