

Spinat-Lachs-Lasagne

„Blattspinat mit Lachs“



1. Lachsfilets und Blattspinat auftauen lassen. Lachs in Würfel schneiden. Auflaufform mit Margarine fetten.
2. Zwiebeln klein hacken, in Öl glasig dünsten (WOK-Pfanne).
3. Mit Brühe ablöschen, Creme Fraiche und Blattspinat zugeben und mit Gewürzen abschmecken.
4. Etwas Béchamelsoße in die Auflaufform geben, darauf die erste Schicht Lasagne-Blätter, dann mit 1/3 der Blattspinatfüllung und 1/3 der Lachswürfel belegen. Davon 3 Schichten anfertigen. Die restliche Béchamelsoße über die oberste Lasagne-Blätter-Schicht geben.
5. Mit dem geriebenen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 200°C etwa 50 min. backen. Bei Umluft etwa 180°C ohne Vorheizen.
6. Zur Herstellung der Béchamelsoße die Butter erhitzen und das Mehl einstreuen und nicht braun werden lassen! Mit der Milch bzw. dem Milch/Brühe-Gemisch unter ständigem Rühren ablöschen!

Zutaten:

für 1 Reine (ca. 33 x 27 cm):

150g geriebener Gauda
 1 Pck. Lasagne Blätter
 250ml Gemüsebrühe
 1 gute Prise Salz
 2 mittlg. Zwiebeln
 2 TK Lachsfilets (250g)
 300ml Bechamelsoße
 750g Blattspinat (TK)
 3 EL Speiseöl
 1 Becher Creme Fraiche
 Chilipulver, Salz,
 Muskat, Pfeffer
 Etwas Margarine

für Bechamel-Soße:

300ml Milch
 (od. mit Gemüsebrühe
 halb/halb)
 30g Butter
 30g Mehl

