



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

SALMON WELLINGTON MIT LACHS, KRABBen UND BRUNNENKRESSE AN BLATTSPINAT



ZUBEREITUNGSZEIT

Unter 1 Stunde

PORTIONEN

6

ÜBERBLICK

Bei dieser Abwandlung des Klassikers wird Lachs mit Filoteig umwickelt und mit einer Mischung aus Lachs, Krabben und Brunnenkresse gefüllt. Entsprechend dem Zero-waste Gedanken wird bei diesem Rezept der gesamte Lachs verwendet und dafür gesorgt, dass nichts weggeworfen werden muss. Dieses tolle Gericht wird auf einem leckeren Bett aus Rahmspinat serviert.

ZUTATEN

- 2 Lachsfilets à 500 g, gehäutet
- 50 g Krabbenfleisch
- 30 g Crème fraîche
- 30 g Brunnenkresse
- 5 g frischer Dill
- 30 g Frischkäse
- Meersalz und zerstoßener schwarzer Pfeffer
- Saft und Abrieb von ½ Zitrone
- 6 Filoteigplatten
- 1 Ei, leicht aufgeschlagen

Für den Rahmspinat:

- 30 g Butter
- 1 kleine Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 TL Knoblauch, gepresst
- 400 ml Milch
- 30 g Mehl
- 1 TL Muskat, gemahlen
- 400 g Spinat



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

ZUBEREITUNG

1. Zunächst wird der Lachs zubereitet. Die beiden Lachsfilets aufeinanderlegen und so zurechtschneiden, dass beide Filetscheiben gleich groß sind. Die abgeschnittenen Stücke für die Füllung beiseite legen.
2. Für die Füllung die abgeschnittenen Lachsstücke (ca. 50–80 g), das Krabbenfleisch, Crème fraîche, Kresse, Dill, Frischkäse sowie Zitronenabrieb und -saft in eine Küchenmaschine geben und vorsichtig würzen.
3. Mixen bis eine cremige Masse entsteht und alle Zutaten gleichmäßig zerkleinert sind. Die Mischung mit einem Löffel auf eines der Lachsfilets geben. Anschließend das andere Lachsfilet darauflegen (sodass ein „Lachssandwich“ entsteht).
4. Auf einer sauberen Arbeitsfläche eine Lage Filoteig quer auslegen, sodass die lange Seite nach vorne zeigt. Mit etwas Ei bestreichen und anschließend eine weitere Lage Filoteig auflegen. Wieder mit Ei bestreichen und eine dritte Lage Filoteig auflegen, sodass sie zur Hälfte auf den vorherigen beiden Lagen liegt und zur Hälfte auf der Arbeitsfläche. Auf der anderen Seite mit der vierten Lage Filoteig genauso verfahren – so wird das Filoteig-Quadrat groß genug, um es um den Lachs zu wickeln. Die Oberseite mit Ei bestreichen.
5. Den Lachs auf den Filoteig legen und diesen um das Lachssandwich wickeln. Dabei darauf achten, dass die Füllung nicht herausquillt. Die Enden wie bei einem Päckchen falten und den überschüssigen Teig an der Oberseite zusammendrehen. Das gesamte Lachspaket mit dem restlichen Ei bestreichen (bis auf die Unterseite) und vorsichtig in die Bratreine legen. 25-30 Minuten lang backen, bis das Gebäck goldbraun ist.
6. In der Zwischenzeit den Rahmspinat zubereiten. Butter in einer großen Pfanne zerlassen und die Zwiebel zugeben. Bei mittlerer Hitze andünsten, bis die Zwiebel weich wird, dann den Knoblauch hinzugeben.
7. Mit Mehl bestäuben, sodass eine dicke Paste entsteht und eine Minute lang kochen. Nach und nach die Milch zugeben und gut verrühren, sodass die Soße schön glatt wird. Sobald die Milch vollständig zugegeben wurde, den Muskat einstreuen und so lange weiterrühren, bis eine dicke, cremige Sauce entsteht.
8. Den Spinat zugeben, die Hitze reduzieren und vorsichtig rühren, bis der Spinat weich ist.
9. Die Bratreine aus dem Ofen nehmen und fünf Minuten ruhen lassen. Den Rahmspinat mit einem Löffel um die Filoteig-Lachs-Pastete herum verteilen, und in der Bratreine servieren*. Dazu passt eine Kartoffelbeilage Ihrer Wahl.

Tipp des Kochs:

- Die Filoteig-Lachs-Pastete kann im Voraus zubereitet und gekühlt aufbewahrt werden, bis sie gebacken wird. Dazu wird sie einfach aus dem Kühlschrank genommen und fünf Minuten stehen gelassen, bevor sie in den Ofen gestellt wird.
- Servieren Sie immer in dicken, großzügigen Scheiben – so ist es einfacher, die Filoteig-Lachs-Pastete zu zerteilen.
*Teilen Sie die Pastete in der Bratreine vorsichtig in Portionen. Verwenden Sie dazu einen Pfannenwender oder Ähnliches, kein scharfes Messer.
- Für eine leichtere Variante kann anstelle von Rahmspinat saisonales Gemüse verwendet werden, z. B. Brokkoli oder Kohl. Auch ein winterlicher Salat schmeckt gut zu diesem Gericht.

Copyright Bild/Rezept © 2020 Le Creuset
www.lecreuset.com