

Lachsfilet mit Spinatsoufflé, Kurkumasauce und Grießnocken



Zutaten für 4 Personen: 4 Lachsfilets à 120 – 180 g, 1 Zitrone, Pfeffer, Salz

Kurkumasauce: 2 TL Kurkuma, 100 g Butter, 100 g flüssige Sahne, 2 EL Weißwein, 2 gehäufte EL Mehl, Salz, Pfeffer,

Grießnocken: 250 ml Wasser, 50 g Butter, Salz, Pfeffer, Muskat, 100 g Hartweizengrieß, 2 Eier, 1 Sträußchen Dill,

Spinatsoufflé: 40 g Butter, 20 g Mehl, 1/8 l Milch, 40 ml Sahne, 3 Eier, 20 g gerieb. Parmesankäse, 500 g Spinat, Salz, Pfeffer, Muskat

4 Förmchen, weiche Butter, etwas Mehl

Den Lachs würzen und von beiden Seiten ca. 2 Min. anbraten und auf ein Backofenblech setzen.

Für die Kurkumasauce die Butter in einem Topf erhitzen, das Mehl mit einem Schneebesen darunter rühren, den Weißwein und die Sahne dazugeben, mit Salz Pfeffer und dem Kurkuma abschmecken. Leicht ziehen lassen.

Für die Grießnocken 250 ml Wasser mit Butter, Salz und Pfeffer, Muskat aufkochen. Den Grieß einrühren. Mit dem Löffel so lange rühren, bis sich die Masse vom Topfboden löst. Etwas abkühlen lassen, dann die Eier nach und nach darunter rühren. Den Dill fein schneiden und dazugeben. Gut gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, die geformten Klößchen mit einem Löffel vorsichtig dazugeben. Danach 10 – 15 Min. ziehen lassen. Die Form der Klößchen kann ich entweder mit beiden Händen formen oder mit 2 EL.

Für das Spinatsoufflé Butter im Topf erhitzen, das Mehl mit einem Schneebesen dazugeben ebenso die Milch und die Sahne und mit den Eigelben verrühren. Den Parmesankäse

dazugeben und beiseite stellen. Den Spinat waschen, die groben Stiele entfernen und 2 – 3 Min. blanchieren.

3 Eiweiße steif schlagen. Den Spinat in einen Mixer geben (fein mahlen). Die Spinatmasse zu der Eiermasse geben und das geschlagene Eiweiß vorsichtig darunterheben. Die Förmchen mit der weichen Butter gut einfetten, mit Mehl austreuen, so dass das Förmchen vollständig bedeckt ist. Die Masse einfüllen, so dass 1 cm oben frei bleibt, damit die Masse aufgehen kann.

Den Lachs nach der Hälfte der Arbeitszeit in den 180 Grad vorgeheizten Backofen geben, ca. 5 Min. garen, Ofen ausschalten und geschlossen halten.

Auf einen vorgeheizten Teller die Soße als Spiegel anrichten, die Lachsschnitte darauf setzen, die Klößchen (3 – 4) daneben, sowie das Soufflé. 1 Zitronenscheibe als Garnitur verwenden.