

Lachs mit Spinat und Tomate

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 EL Öl | 4 Lachsfilets, enthäutet | 1 Zwiebel |
| 5 Knoblauchzehen | 2 EL Butter | 100 ml Weißwein, trocken |
| 200 g Kirschtomaten | 2 Hand Babyspinat | 2 Becher Sahne |
| 3 EL Parmesan, gerieben | Salz, Pfeffer | frischer Basilikum |

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Lachsfilets mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten bei mittlerer Hitze je 5 Minuten anbraten. Sobald der Fisch gar ist, aus der Pfanne nehmen und vorerst beiseitestellen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und beides ganz fein hacken.

Butter in der Lachs-Pfanne im verbliebenen Bratfett schmelzen und Zwiebeln glasig dünsten. Dann Knoblauch hinzugeben und ganz kurz mitdünsten lassen.

Pfanneninhalt mit Weißwein ablöschen und 5 Minuten aufkochen lassen.

In der Zwischenzeit Tomaten abwaschen und halbieren. Dann mit in die Pfanne geben. Spinat verlesen, gründlich abspülen und trocken schütteln. Dann ebenfalls in die Pfanne geben unditerrühren. 5 Minuten köcheln lassen, bei Bedarf etwas Wasser hinzugeben.

Sahne aufgießen und aufkochen lassen, dann Hitze etwas reduzieren und Parmesaniterrühren. Das Ganze etwas eindicken lassen.

Zum Schluss die Lachsfilets in die Soße legen und nochmal erwärmen.

Alles mit Salz, Pfeffer abschmecken und mit frischem Basilikum garniert servieren.

Olivia Winter am 08. August 2024