

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 und unterrühren. 5 Minuten köcheln lassen, bei Bedarf etwas Wasser hinzugeben.

Sahne aufgießen und aufkochen lassen, dann Hitze etwas reduzieren und Parmesan unterrühren. 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