

Spinat-Lachs-Muffins mit Feldsalat und Birnen

Für zwei Personen

Für die Muffins:

4 Blätterteigquadrate, (TK)	100 g Blattspinat, (TK)	100 g Räucherlachs
100 g saure Sahne	100 g geriebener Gouda	1 EL Mehl
1 Ei	1 Muskatnuss	Salz
Pfeffer		

Für den Feldsalat:

300 g Feldsalat	1 reife Birne	2 Toastbrotscbeiben
2 EL Olivenöl	2 EL Sonnenblumenöl	1 TL Honig
2 EL Himbeeressig	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

essbare Blüten

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Für die Muffins die Förmchen ausbuttern, leicht mit Mehl bestäuben und mit Blätterteig auslegen.

Die saure Sahne, das Ei, das Mehl und den geriebenen Käse vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Förmchen mit Blattspinat und Lachs gleichmäßig füllen und anschließend mit dem Sahne-Gemisch aufgießen und mit ein wenig Abrieb der Muskatnuss würzen. Die Muffins für 25 Minuten in den vorgeheizten Ofen stellen und fertig backen.

In den Zwischenzeit den Feldsalat waschen und mit der Salatschleuder trocknen. Für das Dressing das Öl, den Honig und den Himbeeressig verrühren sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Toastbrotscbeiben in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl goldgelb, kross braten. Die Birne waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Schüssel den Feldsalat mit dem Dressing und den Birnenscheiben vermengen und mit den Toastwürfeln bestreuen.

Die Spinat-Lachs-Muffins mit dem Salat auf Tellern anrichten, mit den essbaren Blüten garnieren und servieren.

Tina Schmidt am 13. Oktober 2015