

Lachs mit Meerrettich-Kruste und sahnigem Wirsing

Personen: 2

Zeit: 30 Minuten



ZUTATEN:

Für den Lachs:

- 2 Lachsfilets (à ca. 200 g, ohne Haut)
- Salz und Pfeffer
- 70 g Butter (weich)
- 70 g Semmelbrösel
- 1–2 EL sahniger Meerrettich
- etwas frischer Dill
- etwas Zitronensaft

Für das Wirsing-Gemüse:

- ca. ½ kg Wirsing
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 60 ml Milch
- 60 ml Sahne

ZUBEREITUNG:

1. Den Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Lachsfilets abspülen, trocken tupfen und die Haut entfernen.
3. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft würzen.
4. Weiche Butter mit Semmelbröseln, Meerrettich verrühren. Die Masse gleichmäßig auf den Lachsfilets verteilen und leicht andrücken.
5. Fein gehackten Dill noch darüber geben.
6. Die Filets auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und ca. 15 Minuten backen, bis die Kruste goldbraun und der Lachs schön saftig ist.
7. Wirsing in feine Streifen schneiden, waschen und gut abtropfen lassen.
8. Butter in einem Topf schmelzen, Wirsing kurz darin anschwitzen, dann Mehl darüberstreuen und verrühren.
9. Mit Milch und Sahne ablöschen, auf mittlerer Hitze etwa 10 Minuten köcheln lassen, bis der Wirsing weich und cremig ist.
10. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken.