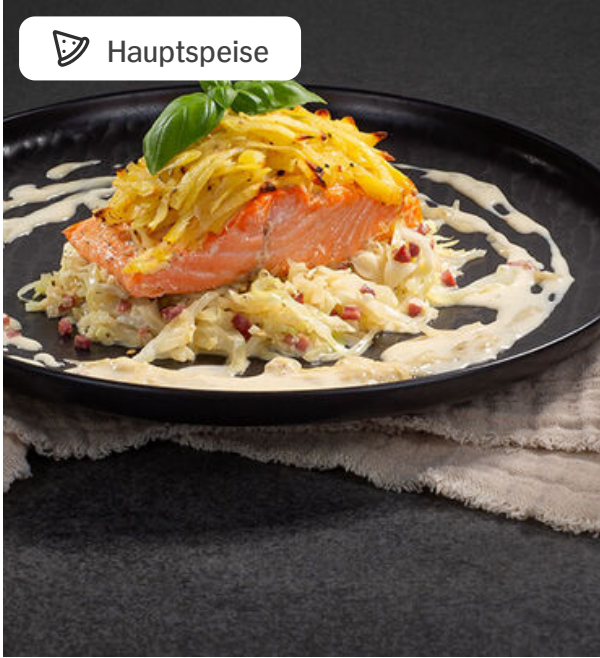


 Hauptspeise



Lachs mit Kartoffelkruste

an Rahm-Spitzkohl

 50 min Zubereitungszeit

 35 min Kochzeit

 1.140 kcal pro Portion

•• Mittel

 Deutsche Küche

 International

 Fisch



Zutaten

- 2 Portionen
- 400 g Eismeer-Lachsforellenfilet
- 300 g Kartoffeln, festkochend
- 1 Ei
- 150 ml Sahne
- 1 Prise Muskatnuss, gemahlen
- 1 Zitrone
- 3 El Butter
- 300 g Spitzkohl
- 1 Zwiebel
- 30 g Speckwürfel
- 1 Tl Kümmel
- 1 Prise Salz & Pfeffer zum Würzen

Zubereitung

- 1 Kartoffeln schälen und in einem Topf mit ausreichend kochendem Salzwasser ca. 15 Min. vorkochen. Anschließend abschütten und auskühlen lassen. Dann grob reiben und in einer Schüssel zusammen mit Ei, 1 EL Sahne, Muskatnuss, Salz und Pfeffer vermengen.
- 2 Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Lachs abwaschen, trocken tupfen, ggf. von der Haut befreien und in eine Auflaufform legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Zitronensaft beträufeln. Anschließend die Kartoffelhaube auf dem Lachs verteilen. 2 EL Butter in kleinen Flöckchen auf den Kartoffeln verteilen. Im Ofen ca. 20 Min. backen.
- 3 Spitzkohl von den äußeren Blättern und dem Strunk befreien. Anschließend in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. In einer großen Pfanne die restliche Butter erhitzen. Speck darin braten. Zwiebeln hinzugeben und 2–3 Min. braten. Spitzkohl hinzugeben und kurz weiterbraten. Restliche Sahne hinzugeben. Mit Deckel ca. 10 Min. weiterköcheln. Hin und wieder umrühren. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen.
- 4 Lachs mit Kartoffelkruste und Spitzkohl auf Tellern anrichten und servieren.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	620kJ /163kcal	4.772kJ /1.140kcal
Fett	13g	87g
davon gesättigte Fettsäuren	6g	39g
Kohlenhydrate	5g	34g
davon Zucker	2g	12g
Eiweiß	8g	53g
Salz	1g	3g