Optigrill XL Backschale - Lachs mit Spinat

Lachs mit oder ohne Gemüse im Optigrill

Zutaten

Menge
Zutat
Lachs
600 g
Lachs
2 Fl
Cremefine zum Kochen
2 Stk
Tomaten
2 TL
Vegeta
8 Stk
Spinat Würfel gefroren
150 g
Käse gerieben
1 Prise
Pfeffer weiß
Zitronensaft
Beilage
500 g
Spiralen

Zubereitung

Personen: 4
Erledigt
Zutaten
Beschreibung
Vorbereitung (20 Minuten)
☐
1.

Zuerst die Haut vom
600 g 600Lachs mit einem flachen scharfen Messer entfernen. Dann den Lachs mit
1 Prise 1Pfeffer weiß würzen und mit
Zitronensaft beträufeln. Die
2 Fl 2Cremefine zum Kochen in die Backschale des Optigrill XL geben und mit

2 TL 2Vegeta vermengen. Darauf nun die Lachsstücke schön gleichmäßig in der Backschale verteilen. Dazwischen nun die
2 Stk 2Tomaten, die zuvor klein geschnitten wurden geben. Ebenso die
8 Stk 8Spinat Würfel gefroren und
75 g 75Käse gerieben in den Zwischenräumen verteilen.

Backen (20 Minuten)
☐
2.

Nun die Backschale mit einem Abstandhalter schließen und den Optigrill XL auf 220°C aufheizen und 10 Minuten backen. Danach die
75 g 75Käse gerieben darübergeben und weitere 10 Minuten backen.

Beilage
☐
3.

Während der Optigrill beim Backen ist, einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und darin die
500 g 500Spiralen leicht köcheln lassen, bis die Spiralen die gewünschte Konsistenz aufweisen.

Tipp

Je nachdem, ob man eine Käsekruste haben möchte etwas mehr Käse und etwas länger backen.

- Hauptspeisen
- Light
- Alkohol
- Besuch
- Drucken
- PDF

- **Schwierigkeit**

  Mittel

- **Bewertung**

  Keine Bewertung

- **Zeitkategorie**

  Mittel

- **Zeit**

  40 Minuten

- **Nährwert**

- **Preiskategorie**

  Mittel

- **Punkte**

  0

Zurück zur Liste