

Lachs im Kohlmantel

Zutaten:

500 g Lachsfilet (TK)
800 g Wirsing
250 g Champignons
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
2 Tomaten
200 g Sahne
2 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung:

- Den Lachs auftauen.
- Vier große Wirsingblätter etwa 5 Minuten blanchieren.
- Aufgetauten Lachs salzen und mit Zitronensaft beträufeln.
- Wirsingblätter um den Lachs wickeln.
- Zwiebel und Knoblauch klein hacken.
- Pilze klein schneiden.
- Alles zusammen im Olivenöl anbraten.
- Mit etwas Wasser und der Sahne ablöschen.
- Tomaten klein schneiden und untermischen.
- Salzen und pfeffern.
- Restlichen Wirsing klein schneiden und in heißem Olivenöl etwa 5 Minuten anbraten.
- Pilzmischung unterrühren und 5 Minuten köcheln lassen.
- Lachs in Olivenöl unter Wenden etwa 5 Minuten braten.
- Alles zusammen mit Salzkartoffeln anrichten.