

# Mein Lieblings-Rezept

## SPINAT-LACHS-NUDELN



### Zutaten (für 4 Personen):

- 500 g Nudeln
- 500 g Blattspinat
- 200 ml Schmand
- 50 ml Sahne
- 1 Zwiebel
- 1 Brühwürfel
- Gewürze: Salz, Pfeffer, Paprika, Oregano
- Dill (Lachs)

### Zubereitung:

Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln bei mittlerer Temperatur garen.

Die Zwiebel schälen, zerkleinern und in etwas Öl andünsten. Danach kann der gefrorene Blattspinat zugegeben werden, bis er unter ständigem Rühren zerfällt. Weiter geht es unter ständigem Rühren mit der Sahne und dem Schmand. Zum Schluss nur noch mit den Gewürzen abschmecken. (Tipp: Käseliebhaber können noch geriebenen Gouda dazugeben)  
Lassen Sie die Soße etwa 10 bis 15 Minuten bei niedriger Temperatur köcheln.

Den Lachs in einer Pfanne kurz von beiden Seiten anbraten, sodass er in der Mitte noch leicht rosa ist. Dieser kann dann mit etwas Dill verfeinert werden.

*Guten Appetit!*

**Madeleine Lehnert**  
(PTA)