

DECHANT

SEIT 1863



Kabeljau mit indischem Spinat

Stammhaus

Hauptstr. 20 Starnberg
08151-12106

Filiale

Marienstr. 2 Aufkirchen
08151-51500

www.dechants-fischladen.de

Zutaten

(für 4 Personen)

800g Kabeljaufilet
400 g TK Rahmspinat
1 Packung
Ingwer
(bei uns erhältlich)
1 TL Curry
1 TL Kreuzkümmel
3 Knoblauchzehen
1 Msp Sambal Olek
1 Prise Muskat
½ L flüssige Sahne
Salz
Mehl
Butterschmalz

Zubereitung

Den Rahmspinat pürieren. Ingwer und die in der Packung enthaltene Flüssigkeit mit Curry, Kreuzkümmel, Knoblauch, Sambal Olek und Muskat mit einem Stabmixer verarbeiten. Eine leichte Mehlschwitze anfertigen, mit flüssiger Sahne ablöschen.

Den Spinat nebst pürierten Gewürzen dazugeben, kurz aufkochen lassen. Nach Bedarf mit Salz abschmecken. Die Kabeljaufilet salzen, mehlieren und in Butterschmalz ja nach Dicke 5-8 Minuten braten.

Den indischen Spinat auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Filets anlegen.

Als Beilage empfehlen wir
Basmatireis

Einen guten Appetit wünscht Ihnen Ihr
Dechants Fischladen Team