

# DECHANT

SEIT 1863



## Kabeljau mit indischem Spinat

### Stammhaus

Hauptstr. 20 Starnberg  
08151-12106

### Filiale

Marienstr. 2 Aufkirchen  
08151-51500

[www.dechants-fischladen.de](http://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 je 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