



Lachs in Blätterteig mit Zucchini und Pesto-Creme



Zutaten

Menge

4	Lachsfilets (frisch oder TK)
2	Zucchini
1	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1/2 TL	Thymian, getrocknet
2 Rollen	Blätterteig aus dem Kühlregal
1	Ei
1/2	Zitrone
4 TL	grünes Pesto
4 EL	Frischkäse

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 15 Min. + 30 Min. Backzeit

pro Portion: 4183 kJ, 1000 kcal, 42,9 g Kohlenhydrate, 36,8 g Eiweiß, 76,1 g Fett, 263 mg Cholesterin, 2,56 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

Zubereitung

Wir verpacken unseren Lieblingsfisch Lachs zusammen mit Zucchinischeiben und einer Pesto-Creme in Blätterteig und heraus kommt ein richtig leckeres Gericht, das super schnell und easy zubereitet ist.

Step 1:

Zuerst musst du den Lachs, wenn nötig, über Nacht im Kühlschrank langsam auftauen lassen.

Step 2:

Am Tag der Zubereitung zuerst die Zucchini in Scheiben schneiden und die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und beides darin anbraten, mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Dann zum Auskühlen in eine Schale geben.

Step 3:

Nun den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Step 4:

Dann kannst du jede Rolle Blätterteig in zwei gleiche Rechtecke teilen. Das Ei in einer kleinen Schale verquirlen. Die Lachsfilets mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Den Frischkäse mit dem Pesto vermischen.

Step 5:

Jeweils einen Esslöffel der Frischkäsemischung als Streifen auf die Teighälfte streichen. Dann die Zucchinischeiben auf den Frischkäse legen und jeweils ein Stück Lachs darauf setzen. Nun die Ränder mit dem verquirlten Ei einstreichen und den die linke Teigseite über den Lachs klappen. Den Teigdeckel mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Step 6:

Die Päckchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit dem restlichen Ei bestreichen. Die Ränder mit einer Gabel hübsch zusammen drücken.

Step 7:

Nun den Lachs im Blätterteig im heißen Ofen auf der mittleren Schiene ca. 30 Minuten goldbraun backen.