

Lachspastete



Zubereitung

1. Fischfilet kalt abspülen und trocken tupfen. Dill hacken, mit Senf und etwas Pfeffer zu einer Marinade rühren. Lachsfilet damit bestreichen. Bis zur Weiterverarbeitung im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Reis in Salzwasser ca. 15 Minuten knapp weich kochen. Abgiessen und gut abtropfen lassen. Champignons in Scheiben schneiden. Im Öl 2-3 Minuten dünsten. Spinat gut ausdrücken und grob hacken. Alle vorbereiteten Zutaten mit Crème fraîche mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Ei verquirlen. Blätterteig auf wenig Mehl zu einem 3-4 mm dicken Rechteck auswallen. Teig halbieren. Spinatmasse darauf ausstreichen, rundum einen ca. 5 cm breiten Rand frei lassen. Lachsfilet samt Marinade darauflegen. Überstehenden Teig von allen Seiten darüberschlagen. Ränder mit Ei bestreichen. Zweite Teighälfte auf Pastetengrösse zuschneiden und darauflegen. Ränder gut andrücken. Aus den Teigresten zum Beispiel Herzen ausstechen und die Pastete damit garnieren. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit Ei bestreichen. 15 Minuten kühl stellen.
4. Backofen auf 180 °C vorheizen. Pastete in der Ofenmitte 40-45 Minuten backen.

Zubereitungszeit

40 Minuten + 15 Minuten kühl stellen + 40-45 Minuten backen

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien:	890 kcal
Eiweiss:	35 g
Fett:	57 g
Kohlenhydrate:	59 g

Zutaten für 6 Portionen

675 g	Bio-Lachsrückenfilet, ohne Haut
1.5 Bund	Dill
1.5 TL	süsser Senf
	Pfeffer
	Salz
150 g	Basmatireis
300 g	Champignons
3 EL	Sonnenblumenöl
450 g	tiefgekühlter Blattspinat, vor Gebrauch aufgetaut
150 g	Crème fraîche
1.5	Ei
750 g	Blätterteig
	Mehl zum Auswallen