




Nudeltaschen mit Lachs und Fenchel



 Zeit gesamt
45min

 Zubereitungszeit
15min

 Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Lachsfilet, tiefgefroren	600 g
Salz	
Fenchel	2 St.
Äpfel, rot	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Lasagneplatten	12 St.
Öl	2 EL
Weißwein, trocken	100 ml
Pfeffer, schwarz	
Petersilie, frisch	20 g
Frischkäse, natur	150 g
Eier	2 St.

Zubereitung

 Küchenutensilien

kleiner Topf, großer Topf, große Auflaufform, Sieb

1. Lachs über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einem Topf ca. 3 l Salzwasser abgedeckt zum Kochen bringen. Fenchel waschen, vierteln, Strunk entfernen und in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden oder hobeln. Apfel schälen, vierteln, entkernen und grob raspeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
2. Lasagneplatten im kochenden Wasser ca. 3 Min. vorgaren, abgießen, kalt abschrecken und nebeneinander auf ein feuchtes Küchentuch legen.
3. In dem gesäuberten Topf 2 EL ÖL auf mittlerer Stufe erhitzen und Fenchel mit Apfel, Zwiebel und Knoblauch ca. 2 Min. andünsten. Mit Wein ablöschen und ca. 3 Min. garen. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Lachs würfeln.
4. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. In einer Schüssel Frischkäse, Eier und Petersilie verquirlen, salzen und pfeffern.
5. Nudelblätter einmal falten, als Taschen nebeneinander in eine Auflaufform setzen und mit Gemüse und Lachsstreifen füllen. Frischkäsemasse über die Nudeltaschen gießen und im Ofen ca. 30 Min. backen.
6. Nudeltaschen vorsichtig aus dem Ofen nehmen und sofort servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 731 kcal

Kohlenhydrate 62 g

Eiweiß 46 g

Ballaststoffe 7 g

Fette 31 g
