

## Fisch auf Spinat unter der Kruste

### Zutaten (für 4 Personen):

- 6 Fäden Safran
- 1 gehäufte EL Butter
- 1 gehäufte EL Mehl
- 400 ml Hühnerbrühe
- 100 ml Schlagsahne
- Salz
- frisch geriebene Muskatnuss
- 5 Stiele Estragon
- 250 g Filet vom Lachs
- 250 g Filet vom Wolfsbarsch
- 250 g kleine (geputzt, ohne Schale) Garnelen
- Pfeffer
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- 500 g aufgetauter (Tiefkühl-) Blattspinat
- 1 Eigelb
- 4 aufgetaute Platten (Tiefkühl-) Blätterteig

Safranfäden in 1 EL warmem Wasser einweichen. Butter in einem Topf schmelzen, Mehl darin bei milder Hitze 1 Minute anschwitzen. Brühe nach und nach mit einem Schneebesen einrühren, mit Sahne aufgießen. Aufkochen und mit Salz, Safran und Muskat würzen. Bei milder Hitze unter gelegentlichem Rühren circa 10 Minuten köcheln lassen.

Vom Estragon die Blätter abzupfen und fein hacken. Fisch in 3 cm große Würfel schneiden. Zusammen mit den Garnelen in eine Schale geben und mit Salz, Pfeffer und Estragon würzen. Öl und Zitronensaft dazugeben und alles gründlich mischen.

Spinat kräftig ausdrücken, grob hacken und unter die Soße mischen. Das Eigelb mit 1 EL Wasser verquirlen. Soße und Fischmischung in 4 ofenfeste Förmchen (ca. 10 cm Durchmesser) füllen.

Blätterteigplatten etwa 12 cm breit ausrollen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Den Rand der Förmchen mit Eigelb bepinseln. Die Förmchen straff mit Blätterteig bedecken und diesen am Rand gut festdrücken. Mit Eigelb bepinseln. Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 15-20 Minuten hellbraun backen.

Sendung/Quelle: Tim Mälzer kocht!

Letzter Sendetermin: 30.03.2019

Koch/Köchin: Tim Mälzer

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)