



# Kabeljau mit Kartoffelkruste auf Rahmspinat

Zeitaufwand: 30 Min. / Schwierigkeit: Leicht

## Zutaten

1 »

Salz

Pfeffer

1-2 EL körniger Senf

1 große festkochende Kartoffel

10 Kirschtomaten

250 g junger Blattspinat

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe(n)

3 EL Olivenöl

100 g Schlagsahne

1 EL Butter

## Zubereitung

1. Kabeljaufilets nach Packungsanleitung auftauen, kalt abspülen und trocken tupfen. Salzen, pfeffern und mit Senf bestreichen. Kartoffel schälen und grob raspeln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Raspel auf den Fischfilets verteilen und leicht andrücken.
2. Tomaten waschen. Spinat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und in 1 EL heißem Olivenöl glasig schwitzen. Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Sahne angießen und einmal aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen, warm halten.
3. In einer beschichteten Pfanne übriges Olivenöl erhitzen. Filets auf der Kartoffelseite darin goldbraun anbraten. Tomaten rundherum kurz mit anbraten, dann herausnehmen. Butter zum Fisch geben, Filets wenden und ca. weitere 2 Minuten braten.
4. Spinat auf zwei vorgewärmte Teller verteilen und Fischfilets darauf setzen. Mit Tomaten toppen.

Wichtiger Hinweis: Das Produkt vor dem Verzehr  
durcherhitzen!