Feine Lachstörtchen

Fisch-Gerichte » Lachs-Gerichte

Zutaten (20 Stück)

» 70g Mehl
» 60g Haferflocken
» 2 EL Parmesan
» 70g Butter/Margarine
» 1 Ei(er)
» 300g Lachsfilet(s)
» 60ml Zitronensaft
» 2 EL Olivenöl
» 1/2 Gurke(n)
» 2 Lauchzwiebel(n)
» 1 EL Dill
» Salz & Pfeffer

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Mehl, Haferflocken, Parmesan, weiche Butter und Ei verkneten, zur Kugel formen und zugedeckt 30min kalt stellen. Lachs in Streifen schneiden. Zitronensaft und Öl verquirlen, über den Fisch gießen. Ziehen lassen.

2. Gurke waschen, fein würfeln. Lauchzwiebeln waschen, putzen, in dünne Scheiben schneiden. Lachs aus der Marinade nehmen. Mit Gurken, Lauchzwiebeln und Dill mischen. Salzen und pfeffern.

3. Zwei Muffinbleche fetten. Teig dünn ausrollen. Ca. 20 Kreise ausstechen und in die Förmchen legen. Dabei einen kleinen Rand formen und den Teig mit einer Gabel einstechen.

4. Im heißen Ofen bei 180°C auf mittlerer Einschubleiste 8-10min backen. Teigschalen herausnehmen und abkühlen lassen. Auf jedes Törtchen etwas Füllung geben und sofort servieren.

Nährwerte: 92kcal/E4g/F6g/KH6g pro Stück

angelegt am: 08.09.2004 Rezept-Nr: 1293

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke