

Fisch auf Spinat



Zutaten

für 2 Personen

1 Gratinform von ca. 18x24 cm Alufolie
500 g Blattspinat, gerüstet
1 Zwiebel, gehackt
Butter zum Dämpfen Fisch
2 Forellenfilets, je ca. 100 g
0,5 dl Rahm
wenig Zitronensaft
einige Butterflocken
Salz, Pfeffer Muskatnuss

Und so wird's gemacht

1 Gratinform von ca. 18x24 cm Alufolie
500 g Blattspinat, gerüstet
1 Zwiebel, gehackt
Butter zum Dämpfen Fisch
2 Forellenfilets, je ca. 100 g
0,5 dl Rahm
wenig Zitronensaft
einige Butterflocken
Salz, Pfeffer Muskatnuss

www.BrunoFrei.ch