

Lachs-Spinat-Rolle



Zutaten:

- 150g Räucherlachs
- 250g Spinat (tiefgekühlt)
- 4 Eier
- 150g geriebener Käse (30% Fett Gouda)
- 200g Frischkäse (Exquisa 0,2% Fett Fitline)

Zubereitung:

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Das Ei trennen und den aufgetauten Spinat mit dem Eigelb verrühren. Eiweiß steif schlagen und unterheben. Die Masse nun auf einem mit Backpapier bedeckten tieferen Backblech verteilen, so dass es überall gleichmäßig verteilt ist. Käse drüberstreuen und dann für 15 min. backen.

Blech rausholen und etwas abkühlen lassen. Den Frischkäse gleichmäßig auf der gesamten Fläche verteilen und den Lachs auf 3/4 des Bodens legen. Nun die Seite auf der der Lachs liegt als erstes einrollen und anschließend in Folie verpacken. Die Rolle nun für ca. 3 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Dazu frisches Gemüse – Einfach lecker 😊.