

Räucherlachs-Spinat-Hirsepfanne

Zubereitungszeit **30 Minuten**
Kalorien pro Portion **452**



Zutaten für 4 Personen

None:

400 g Spinat
150 g Räucherlachs
150 g Crème fraîche
2 EL Pflanzenöl
5 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
0 frisch gemahlener Pfeffer
200 g Hirse

Zubereitung:

1. Hirse nach Packungsanweisung zubereiten. Spinat waschen, trocken schleudern (oder TK auftauen lassen) und in erhitztem Öl ca. 10 Minuten dünsten.
2. Räucherlachs in Streifen schneiden, mit Hirse und Crème fraîche unter den Spinat mischen, kurz miterhitzen und mit Sojasauce und Pfeffer abschmecken.

Tipps:

- Schmeckt auch statt mit Hirse mit Quinoa oder Couscous sehr gut.
- Mit frischem Zitronenthymian oder Basilikum verfeinern.

Guten Appetit!