

Dicke Bohnen-Räucherlachs-Flan



Zutaten für 4 Personen

- 300 g tiefgefrorene Bohnenkerne
- 100 g Räucherlachs in Scheiben
- 5–6 Stiele Dill
- 1–2 Stiele glatte Petersilie
- 1 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 8 Eier (Größe M)
- 150 g Crème fraîche
- Salz
- Pfeffer
- 200 g Doppelrahm Frischkäse
- 2 EL Olivenöl
- Backpapier

Zubereitung (60 Minuten)

Bohnenkerne in kochendem Wasser ca. 3 Minuten garen. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

Bohnenkerne aus der Haut drücken und beiseitestellen.

Lachs in kleine Stücke schneiden. Dill waschen, trocken schütteln und, bis auf ein paar Fähnchen zum Garnieren, fein hacken.

Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Zitrone heiß waschen, trocken reiben und Schale fein abraspeln. Zitrone halbieren und 2 EL Saft auspressen. Rest anderweitig verwenden.

Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden.

Eier mit Crème fraîche verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gehackte Kräuter, Zitronensaft und -schale unterrühren.

Eierguss in eine runde, mit Backpapier ausgelegte Auflaufform (26 cm Ø ; 2 cm hoch) gießen.

Bohnen und Lachs darauf verteilen. Frischkäse löffelweise darüber verteilen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch darin unter Wenden goldbraun braten.

Knoblauch und Öl auf den Flan geben und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 175 °C/ Gas: s. Hersteller) ca. 40 Minuten goldbraun backen.

Herausnehmen und auf einem Kuchengitter lauwarm abkühlen lassen. Aus der Form heben und anrichten. Mit Dill garnieren.