

➤ **Vorspeise: Lachs-Pasta**

Zubereitungszeit: ca. 30 min

Kalorien: ...sind wie Geburtstage, man zählt sie nicht, man feiert sie!

Zutaten:

1 Zwiebel

2 Zehen Knoblauch

1 Paprika

1 Becher Creme fraiche

1 TL Gemüsebrühe

1 Zitrone

200-300g Lachfilet geräuchert oder luftgetrocknet

Pfeffer, mediterrane Kräuter frisch oder getrocknet nach Belieben, z.B.

Basilikum, Majoran, Oregano, Thymian usw.

Nudeln nach Wahl

Nudeln nach Packungsanweisung zubereiten. Gleichzeitig:

Zwiebel und Knoblauch schälen, würfeln und in der Pfanne mit etwas Öl anbraten. Aus Creme fraiche, der Gemüsebrühe, den Kräutern, Pfeffer und dem Saft der Zitrone eine Sauce zusammenrühren. Die Paprika entkernen, würfeln und zu Zwiebel und Knoblauch in die Pfanne geben, alles nochmal etwa 5-10 min anbraten. Anschließend mit der Sauce ablöschen. Den Lachs in Stücke schneiden und dazugeben. Alles nochmals garen und evtl. mit weiteren Kräutern und Gewürzen abschmecken. Wer es schärfer mag: Paprikapulver, Peperoni oder Chili dazu.

Nudeln mit der Lachssauce servieren und nach Belieben Parmesan draufstreuen!

Lasst es euch schmecken!