



Spaghetti mit Räucherforelle

in cremiger Lauchsauce mit Zitrone



20-30Min.



3-4 Personen

Heute auf dem Programm: Schnelle Küche de luxe! Zu Spaghetti in cremiger Lauchsauce servierst du zarte Räucherforellenfilets mit frischer Petersilie und knusprigem Panko-Topping. Kapern sorgen für extra viel Aroma. Probier es aus!

Was du von uns bekommst

- 2 Stangen Lauch
- 300g Crème fraîche ⁷
- 20g frische Petersilie
- 1 Gemüsebrühwürfel ⁹
- 2 Packungen geräuchertes Forellenfilet ⁴
- 25g Panko-Paniermehl ¹
- 500g Spaghetti ¹
- 50g Kapern
- 1 unbehandelte Zitrone

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹

Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- kleine Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- Sieb
- Zitronenpresse

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Fisch (4), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 835.0kcal, Fett 30.9g, Eiweiß 32.6g, Kohlenhydrate 102.2g



1. Pasta kochen

In einem großen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Sobald das Wasser kocht, die **Spaghetti** in das Wasser geben und leicht köchelnd in ca. 9-10Min. bissfest garen, dann in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



4. Lauch anbraten

In einer Pfanne 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Temperatur erhitzen. Den **Lauch** hinzugeben und 1-2Min. leicht dünsten. Mit 2EL Mehl bestäuben und alles gut verrühren. Nun den **Lauch** mit 500ml Wasser ablöschen und den **Brühwürfel** hineinbröseln. Die **Kapern** unterrühren und die **Sauce** 3-4Min. leicht köcheln lassen.



2. Lauch vorbereiten

Den **Lauch** gründlich waschen, die Enden abschneiden, dann den **Lauch** der Länge nach halbieren und in dünne Streifen schneiden. In einem Sieb die **1/2 der Kapern** mit kaltem Wasser abspülen, anschließend grob hacken. **Tipp:** Wer mag, kann auch alle **Kapern** verwenden.



5. Sauce verfeinern

Die **Forellenfilets** mit einer Gabel in 3-5cm große Stücke zerkleinern. Dann die **1/2 der Forellenstücke** und die **Crème fraîche** zur **Sauce** in die Pfanne geben und mit **1TL Zitronenschale**, **1-2TL Zitronensaft**, Salz und Pfeffer würzen. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Zitronenschale** und **-saft** hinzugeben.



3. Zitronenschale abreiben

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Petersilienblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken.



6. Panko rösten

Das **Panko-Paniermehl** in einer kleinen Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze leicht rösten, bis es goldbraun ist. Die **Pasta** mit der **Sauce** sowie der **1/2 der Petersilie** vermengen. Die restliche **Forelle** und die **Petersilie** über die **Pasta** geben und mit dem **gerösteten Panko-Paniermehl** servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**