

MARLEY SPOON



Pasta mit Räucherlachs

und frittierten Kapern



20-30Min.



3-4 Personen

Eine feine Tomatensauce mit frischen Kirschtomaten, Basilikum und zartem Räucherlachs, das sind schon mal beste Voraussetzungen für ein köstliches Pastagericht. Und dann sind da noch die frittierten Kapern, die dich ganz vergessen lassen, dass du gerade nicht im Sternrestaurant, sondern gemütlich zu Hause sitzt!

Was du von uns bekommst

- 500g Penne ¹
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Dosen gehackte Tomaten
- 1 Gemüsebrühwürfel ⁹
- 2 Packungen Räucherlachsspitzen ⁴
- 1 Packung Kapern
- 10g frisches Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- 2 große Kochtöpfe
- kleiner Kochtopf
- Schaumkelle
- Sieb

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

Kochtipp

Vorsicht, der Fisch kann Gräten enthalten. Diese am besten bei der Zubereitung mit einer Pinzette entfernen oder später beim Essen darauf achten.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 844.0kcal, Fett 26.5g, Eiweiß 43.2g, Kohlenhydrate 106.2g



1. Gemüse vorbereiten

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Kapern** in einem Sieb unter fließendem Wasser kurz abspülen, abtropfen und auf etwas Küchenkrepp trocknen lassen.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Sauce ansetzen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem weiteren großen Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-3Min. glasig anschwitzen. Mit den **gehackten Tomaten** ablöschen und den **Brühwürfel** hineinbröseln. Die **Sauce** bei niedriger Hitze ca. 5Min. sanft köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Kapern frittieren

Einen kleinen Topf ca. 1cm hoch mit Pflanzenöl füllen. Das Öl stark erhitzen. **Tipp:** Das Öl ist heiß genug, sobald sich kleine Bläschen bilden, wenn man einen Holzspieß hineinhält. Die **Kapern** in das heiße Öl geben und 1-3Min frittieren, bis sie sich öffnen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.



3. Fisch vorbereiten

Den **Lachs** mit einer Gabel grob zerteilen und ggf. die Haut entfernen. **Vorsicht:** Auf Gräten achten und diese mit einer Pinzette entfernen oder später beim Essen darauf achten.



6. Pasta fertigstellen

Inzwischen die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die **Pasta** mit der **Sauce**, den **Kirschtomaten** und der **1/2 der Kapern** vermengen. Ca. **2/3 vom Lachs** vorsichtig unterheben. Den **restlichen Lachs** auf der **Pasta** anrichten und mit dem **Basilikum** und den **restlichen Kapern nach Geschmack** garniert servieren.