



Penne mit Räucherlachs und Spinat

in cremiger Sauce mit Kirschtomaten



ca. 20min



2 Portionen

Wenn es mal schnell gehen muss, dann sind diese Nudeln genau das Richtige für dich! Eine einfache wie leckere Sauce mit geräuchertem Lachs, frischem Spinat und fruchtigen Kirschtomaten - das macht satt und glücklich! Manchmal geht eben nichts über Pasta!

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Penne ²
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 100g ASC-Räucherlachs ¹
- 1 Becher Crème fraîche ³
- 250g Kirschtomaten
- 200g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Fisch (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 784kcal, Fett 35.3g, Kohlenhydrate 87.2g, Eiweiß 27.1g



1. Zwiebel schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



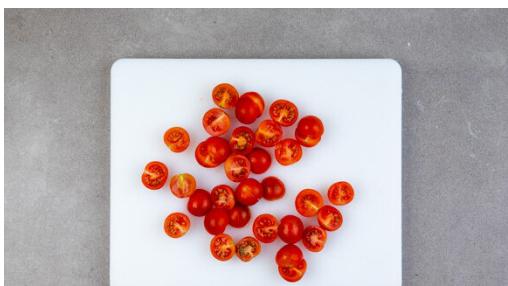
4. Sauce kochen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. farblos anschwitzen. Inzwischen den **Lachs** in feine Streifen schneiden. Den **Lachs**, die **Crème fraîche** und 50ml Wasser hinzugeben und die **Sauce** bei niedriger Hitze 2-3Min. köcheln lassen. Mit **1-2EL Zitronensaft, 1TL Zitronenschale** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



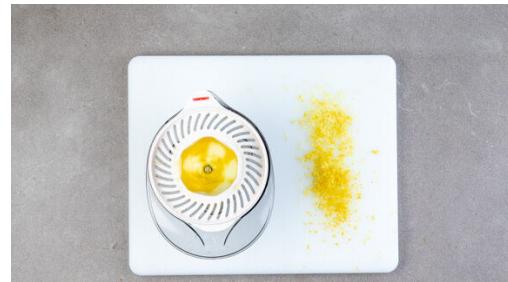
2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einer Tasse etwas **Pastawasser** abschöpfen, dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die **Pasta** zurück in den Topf geben.



5. Tomaten schneiden

Die **Kirschtomaten** halbieren.



3. Zitrone vorbereiten

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



6. Pasta fertigstellen

Den **Spinat** gründlich waschen und unter die **Sauce** heben und kurz erwärmen, bis er zusammenfällt. Dann die **Penne** und die **Tomaten** unterheben, dabei ggf. etwas **Pastawasser** hinzufügen. Die **Pasta** auf tiefe Teller verteilen und servieren.