



Pasta mit Stremellachs

und frittierten Kapern



20-30min



2 Personen

Eine feine Tomatensauce mit frischen Kirschtomaten, Basilikum und zartem, heißgeräuchertem Lachs, 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 Sternerestaurant, sondern gemütlich zu Hause sitzt!

Was du von uns bekommst

- 250g Penne ¹
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Kapern
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 1 Packung Stremellachs ⁴
- 10g frisches Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Töpfe
- kleiner Topf
- Schaumkelle
- Sieb

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 895kcal, Fett 28.7g, Kohlenhydrate 110.2g, Eiweiß 45.8g



1. Gemüse vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln. 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.



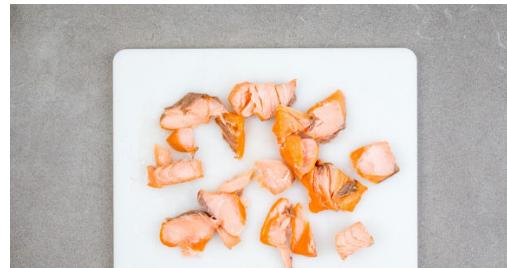
2. Sauce ansetzen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem weiteren mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-3Min. glasig anschwitzen. Mit den **gehackten Tomaten** ablöschen und die **1/2 des Brühgewürzes** unterrühren. Die **Sauce** bei niedriger Hitze ca. 5Min. sanft köcheln lassen und mit dem **restlichen Brühgewürz nach Geschmack** sowie Salz und Pfeffer würzen.



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. Evtl. vorhandene Gräten mit einer Pinzette entfernen oder später beim Essen darauf achten.



6. Pasta fertigstellen

Die **Basilikumblätter** abzupfen und fein schneiden. 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** garnieren und servieren.