



Spaghetti mit Räucherlachs

in cremiger Rucola-Fenchel-Sauce



20-30min



3-4 Personen

Pasta mit Räucherlachs in Sahnesauce ist ein klassisches Rezept, das unbedingt in dein Kochrepertoire gehört! Hier ist die Sauce besonders raffiniert, denn zunächst garst du den Fenchel langsam mit Lauch, Kapern, Knoblauch und einem Hauch Chiliflocken, bevor die Crème fraîche hinzugefügt wird. Frischer Dill und Zitrone sind weitere köstliche Verfeinerer. Buon appetito!

Was du von uns bekommst

- 500g Spaghetti ¹
- 1 Fenchelknolle
- 1 Stange Lauch
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Kapern
- 1 Päckchen Chiliflocken
- 10g frischer Dill
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Packung Rucola
- 2 Packungen Räucherlachsschnetzel ⁴

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 800kcal, Fett 28.5g, Kohlenhydrate 105.2g, Eiweiß 29.1g



1. Pasta kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. gar kochen. Mit einem Messbecher ca. **250ml**

Pastawasser abschöpfen, dann in ein Sieb abgießen. Die **Pasta** zurück in den Topf geben, mit 1EL Olivenöl mischen und warm halten.



2. Gemüse schneiden

Das **Fenchelgrün** abzupfen und beiseitelegen. Dann den **Fenchel** in feine Streifen schneiden, den Strunk entfernen. Den **Lauch** längs halbieren und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



3. Gemüse anbraten

Den **Knoblauch** und die **Kapern** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl und **Chiliflocken nach Geschmack** bei mittlerer Hitze 30Sek.-1Min. anbraten. Den **Fenchel**, den **Lauch** und ca. **150ml Pastawasser** dazugeben und 8-10Min. braten, bis der **Fenchel** weich und gar ist.



4. Dill schneiden

Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen und mit dem **Fenchelgrün** fein schneiden. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



5. Sauce zubereiten

Die **Crème fraîche** und die **1/2 des Dills** zum **Gemüse** in die Pfanne geben. Die Hitze reduzieren und ca. **50ml Pastawasser** unterrühren, falls die **Sauce** zu dickflüssig ist. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Sauce** nach Belieben mit **1-2EL Zitronensaft**, mehr **Chiliflocken** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta**, den **Rucola** und die **Lachsschnetzel** vorsichtig mit der **Sauce** vermengen, dabei ggf. das **restliche Pastawasser** dazugeben. Die **Pasta** mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit dem **restlichen Dill**, dem **Fenchelgrün** und dem **Zitronenabrieb** garnieren und servieren.