

Penne in Lachs-Sahne-Soße

Fisch-Gerichte » Lachs-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 400g Penne
- » Salz & Pfeffer
- » 500g Lachsfilet(s)
- » 2 EL Öl
- » 2 EL Zitronensaft
- » 100ml Weißwein
- » 200ml Schlagsahne
- » 1-2 EL Soßenbinder
- » 1-2 TL Kräuter der Provence
- » 1 Prise Zucker
- » Basilikum
- » 1-2 TL bunter Pfeffer

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Die Penne in einem großen Topf in reichlich sprudelnd kochendem Salzwasser in etwa 10min bissfest garen.

2. Lachsfilet abrausen, mit Küchenpapier trockentupfen und in große Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fischstücke darin kurz anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

3. 250ml Wasser, Zitronensaft, Wein sowie Sahne in der Pfanne verrühren und langsam aufkochen lassen. Den Soßenbinder einrühren, 1min kochen lassen. Mit Kräutern der Provence, Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzig abschmecken.

4. Die Penne in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Fischstücke in die Soße legen und etwa 5min ziehen lassen. Mit den Nudeln anrichten. Mit abgebrausten und trockengetupften Basilikumblättchen garnieren, mit buntem Pfeffer und evtl. Tomatenwürfeln bestreuen.

Nährwerte: 880kcal/E37g/F40g/KH77g pro Portion

angelegt am: 06.03.2005

Rezept-Nr: 1630

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke