

Pasta mit Lachswürfeln und Spargel



Pasta mit Lachswürfeln und Spargel

... und nun zur Spargelzeit passend, ein leckeres Pasta-Gericht, einfach und schnell zubereitet.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde



Zutaten für 4 Portionen:

4 kleine Lachskoteletts	ca. 400 g Pasta (z. B. Tortiglioni)
1/2 Zitrone	16 - 20 Stangen Spargel
Pfeffer und Salz	1 TL Zucker
Bund Frühlingszwiebeln	Becher Sahne
4 - 6 Knoblauchzehen	1 Stück Parmesan (ca. 100g)

Olivenöl	rote Pfefferbeeren
----------	--------------------

Und so wird's gemacht:

Die Lachskoteletts waschen, mit Küchenkrepp trockentupfen, von Gräten, Haut und Schuppen befreien und in mundgerechte Würfel schneiden. Salzen, pfeffern sowie mit Zitronensaft beträufeln und zur Seite stellen. Nun den Parmesan fein reiben.

Spargel schälen, Spargelköpfe (etwa ein Drittel vom oberen Spargel) abschneiden und den restlichen Teil (etwa zwei Drittel der Spargelstange) in kurze, mundgerechte Stücke schneiden. Spargel in wenig Salzwasser und etwas Zucker 10 - 12 Minuten bissfest kochen und zur Seite stellen.

In der Zwischenzeit reichlich Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und die Tortiglioni nach Packungsangabe kochen. Den weißen Teil der Frühlingszwiebel in fingerdicke Stücke schneiden, den grünen Teil sehr fein in Röllchen schneiden. Knoblauch schälen und kleinschneiden.

In einer großen Pfanne die Lachswürfel mit reichlich Olivenöl kurz anbraten, danach den Knoblauch und die weißen Stücke von der Frühlingszwiebel in die Pfanne geben. Alles kurz durchschmoren lassen und mit der Sahne "ablöschen".

Nun die fertig gekochten Nudeln abgießen und sofort mit in die Pfanne geben, Spargelstücke hinzufügen, alles vorsichtig umrühren, evtl. nochmals nachsalzen und pfeffern. Pfanneninhalt auf vorgewärmte tiefe Teller (Pasta-Teller) verteilen, die Spargelstücke mit Kopf darauf legen, geriebenen Parmesan, die grünen Frühlingsröllchen und die roten Pfefferbeeren drüberstreuen, fertig.

Guten Appetit

wünscht, Achim Steffens