Artikel vom 11.02.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 18:34 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/lachspasta-mit-zitronensauce

Lachspasta mit Zitronensauce



Foto: Franziska Heinrichs

Zutaten (für 2 Portionen):

2 Lachsfilets (ohne Haut)

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

2 Bio-Zitronen

200 g Tagliatelle

150 g Sahne

1 EL Sojasauce

Olivenöl

Salz

Pfeffer

Muskatnuss und Chiliflocken

Dill

etwas Weißwein

etwas Parmesan

Zubereitung:

Lachsfilets in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend aus der Pfanne nehmen und mit zwei Zitronenscheiben im Backofen bei 150 °C circa 15 bis 20 Minuten garen. Währenddessen kann bereits Wasser aufgesetzt und die Tagliatelle nach Packungsanleitung gekocht werden.

Dann Zwiebel und Knoblauch fein würfeln und in der bereits benutzten Pfanne mit Olivenöl glasig dünsten und mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Die Zitronen auspressen und den Saft in die Sauce geben. Mit Sojasauce, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Chiliflocken würzen. Die Sahne zugeben. Damit die Sauce an Cremigkeit gewinnt, kann nun nach Belieben etwas Parmesan hinzugegeben werden. Besonders wichtig ist es, dass die Sauce nicht kocht, sondern ruhig vor sich hin köchelt, da sonst der Parmesan schnell anbrennen kann. Wenn die Nudeln fast gar sind, können diese zusammen mit dem gewaschenen und gehackten Dill zur Zitronensauce gegeben werden und hier fertig garen. Wenn der Lachs gar ist, kann angerichtet werden.

Tipp: Alternativ können auch Garnelen anstelle von Lachs verwendet werden.

Franziska Heinrichs