

Rezeptvorschlag für Tintenfisch-Nudeln

Tintenfisch-Nudeln mit Lach

350 g Tintenfisch-Nudeln

250 g Grüner Spargel

150 g Lachsfilet

½ Chilischote (in Streifen geschnitten)

Olivenöl (kalt gepresst)

Salz und frisch gemahlener Pfeffer

½ kleine weiße Zwiebel, Butter

Spargel waschen und die holzigen Enden entfernen. In lange Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser 10 Min. blanchieren, abschrecken und gut abtropfen lassen.

Lachsfilet in schmale Streifen schneiden. Zwiebel fein hacken. 3 EL Öl und 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin zusammen mit den Chilistreifen sanft andünsten. Lachs dazugeben und unter Rühren bei milder Hitze anbraten, den Spargel dazugeben, unterrühren und würzen. Nudeln kochen. Spargel und Lachs mit Nudeln mischen und servieren.