



1A+1B

Fisch

Penne mit Spargel und Lachs



Zubereitungszeit
20 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Die Penne gemäß der Anleitung auf der Verpackung kochen. Die Spargelstücke 10 Minuten gar kochen. Den Spargel abgießen. Die Zitrone abreiben und auspressen. Den Hüttenkäse mit Zitronenzeste, 1 EL Zitronensaft, Lachs und Spargelstücken unter die Pasta rühren. Das Ganze vorsichtig rührend 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze aufwärmen bis der Lachs gerade gar ist. Mit Salz und (frisch gemahlenem) Pfeffer abschmecken und die Hälfte des Basilikums unterrühren.
- 2 Die Penne mit Spargel und Lachs in einer tiefen Schüssel servieren und mit dem restlichen Basilikum und evtl. anderen frischen Kräutern garnieren.

Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle penne
- ☐ 40-50 g frisches Lachsfilet in Würfeln
- ☐ 5 weiße Spargel, geschält und in Stücke geschnitten
- ☐ 1 Zitrone, abgebürstet
- ☐ 50 g Hüttenkäse
- ☐ 5 Blätter frisches Basilikum in dünne Streifen
- ☐ Andere frische Kräuter nach Wahl
- ☐ Salz
- ☐ Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	270 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Fett	8 g
Eiweiß	33 g