KIKKOMAN

Cremige Zitronen- und Forellen-Pasta

Gesamtzeit **54 Min.** **40 Min.** Marinierdauer **8 Min.** Kochzeit **6 Min.** Vorbereitungszeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.154 kJ / 514,5 kcal

Fett: **22,9 g** Eiweiß: **28 g**
Kohlenhydrate: **49,2 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

200 g	Regenbogenforellenfilets , ohne Haut, ohne Gräten
4 EL	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
0,5 EL	Olivenöl
90 g	Schlagsahne
100 g	Tagliatelle
50 ml	Nudelkochwasser
4	Zweige Thymian
1 Prise	Pfeffer

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Den Fisch in dicke Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. 3 Esslöffel Kikkoman Ponzu Zitrone dazugeben und mischen. 40 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Schritt 2

Nach dieser Zeit die Nudeln in leicht gesalzenem Wasser nach Packungsanweisung al dente kochen.

Schritt 3

In der Zwischenzeit das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die marinierten Fischstücke hinzufügen. Auf beiden Seiten kurz anbraten. Die Sahne und 1 Esslöffel Kikkoman Ponzu Zitrone dazugeben. Mit Pfeffer abschmecken. Etwa 40-60 ml Nudelkochwasser dazugeben. Einige Minuten kochen lassen (bis die Sauce leicht eingekocht ist).

Schritt 4

Die gekochten und abgetropften Nudeln in die Pfanne geben und 2 Minuten lang mit erhitzen.

Schritt 5

Auf Teller geben und mit frischem Thymian garnieren.