1A+1B Fish

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**