



**20**  
**MINUTEN**  
Für Einsteiger



## Fettuccine mit Spargeln und Räucherlachs

HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

**500 g grüne Spargeln**

**500 g Fettuccine**

**Salz**

**200 g Crème fraîche**

**rosa Pfeffer**

**1 Zitrone**

**200 g Räucherlachs**

**einige Zweige Dill**

Spargelenden frisch anschneiden. Spargeln schräg in Scheiben à ca. 5 mm schneiden. Spitzen ganz lassen. Fettuccine in Salzwasser 2–3 Minuten kochen. Spargeln dazugeben und 1 Minute mitköcheln lassen. Abgiessen. Ca. 1 dl Pastawasser auffangen. Crème fraîche verrühren. Fettuccine und Spargeln mit Pastawasser und Crème fraîche mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zitronenschale fein dazureiben. Nach Belieben Saft dazupressen. Fettuccine mit Lachs anrichten. Dillspitzen darüberzupfen und servieren.

Pro Person ca. 32 g Eiweiss, 24 g Fett,  
70 g Kohlenhydrate, 2700 kJ/650 kcal