

Wirsing-Lachs-Pasta

Für 4 Portionen

400 g Wirsing	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
400 g Lachsfilet	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
400 g Tagliatelle	200 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne
20 g Petersilie	3 EL Zitronensaft	

Den Wirsing vom Strunk befreien, die Blätter waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Den Lachs in Würfel von 2 x 2 cm schneiden.

1 EL Öl in einer großen beschichteten Pfanne auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und die Lachswürfel darin 3 Minuten von allen Seiten anbraten. Aus der Pfanne nehmen, salzen und pfeffern und beiseitestellen.

Die Pasta nach Packungsanweisung in reichlich kochendem Salzwasser garen.

Das restliche Öl in der eben verwendeten Pfanne erhitzen und Zwiebel sowie Knoblauch darin einige Minuten anschwitzen. Den Wirsing zugeben und kurz mitbraten. Dann die Gemüsebrühe angießen und den Kohl 10 Minuten schmoren lassen.

Die Sahne angießen, die Lachswürfel zugeben und alles vorsichtig vermengen. Weitere 5 Minuten köcheln lassen. Währenddessen die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken.

Die Wirsing-Lachs-Sauce mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die Pasta abgießen und tropfnass in die Pfanne geben. Alles behutsam vermengen und mit Petersilie bestreut servieren.

NN am 31. Oktober 2025