

Lachs-Filet und Spargel mit Zitronen-Spaghetti

Für 4 Portionen

500 g Spaghetti	Salz, Pfeffer	400 g grüner Spargel
50 g Parmesan	1 Bio-Zitrone	4 Stiele Basilikum
4 Lachsfilet, à 120 g	2 EL Rapsöl	20 g Butter

Spaghetti nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen.

Inzwischen den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Stangen schräg in 3 cm lange Stücke schneiden. Parmesan fein reiben. Zitrone waschen, trocknen und die Schale fein abreiben.

Saft von einer halben Zitrone auspressen. Die zweite Zitronenhälfte in 4 Spalten schneiden.

Basilikumblättchen von den Stielen zupfen.

Die Lachsfiles salzen und in einer heißen Pfanne mit 1 EL Öl von jeder Seite 3-4 Minuten goldbraun braten. Spargel in einer zweiten Pfanne mit 1 EL Öl rundum hellbraun braten, salzen und pfeffern.

Spaghetti abgießen und zurück in den Topf geben.

Butter, abgeriebene Zitronenschale und 1-2 EL Zitronensaft untermischen. Spargel untermischen, Pasta auf Teller geben und mit Parmesan bestreuen. Lachs darauf setzen und pfeffern. Mit Zitronenspalten und Basilikumblättchen anrichten.

NN am 25. Oktober 2025