



# Spaghetti in Lachs-Hummer-Sauce

mit kross gebratener Lachshaut

- 🕒 20 min Zubereitungszeit
- 🕒 30 min Kochzeit
- 🔥 1.170 kcal pro Portion
- Leicht
- 🌐 International
- 🐟 Fisch



## Zutaten

2 Portionen

250 g Spaghetti

1 Hummersuppe

1 Staude Staudensellerie

1 Möhre

1 Zwiebel, weiß

1 Knoblauchzehe

4 Stängel Dill

400 g Lachsfilet mit Haut

3 El Mehl

Pflanzenöl zum Braten

Salz, Pfeffer zum Würzen

1 Tl Mondamin

1 El Senf

1 Zitrone

## Zubereitung

- 1 Spaghetti in ausreichend kochendem Salzwasser ca. 10 Min kochen. Anschließend abschütten.
- 2 Hummersuppe in einem kleinen Topf nach Anleitung zubereiten.
- 3 Staudensellerie waschen und in kleine Scheiben schneiden. Möhre schälen und in feine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Dill feinhacken.
- 4 Lachs gründlich waschen. Hautseite mit Mehl bestäuben. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und den Lachs auf der Hautseite braten. Während des Garprozesses einmal wenden. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5 Anschließend aus der Pfanne holen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Anschließend mit einem Messer den Lachs von der Haut vorsichtig herunterziehen. Lachs in Würfel schneiden.
- 6 In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Möhren, Sellerie, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Hummersuppe hinzugeben. Mondamin mit etwas Wasser vermengen und die Suppe damit andicken. Zunächst den Senf einrühren, dann die Spaghetti und die Lachswürfel.
- 7 In einer kleinen Pfanne nun nochmal etwas Öl erhitzen. Lachshaut nochmal in Mehl wälzen und in Öl knusprig braten. Während des Bratens mit einem Pfannenwender auf die Haut drücken, da diese sich sonst einrollen könnte. Danach auf Küchenpapier abtropfen und anschließend in Streifen schneiden.
- 8 Spaghetti in Lachs-Hummer-Sauce in tiefen Tellern anrichten. Mit Lachshaut und Dill ausgarnieren. Zitrone in Scheiben schneiden und hinzugeben.

# Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	656kJ /173kcal	4.425kJ /1.170kcal
Fett	6g	40g
davon gesättigte Fettsäuren	2g	11g
Kohlenhydrate	18g	124g
davon Zucker	1g	7g
Eiweiß	11g	74g
Salz	1g	4g