



Lachs mit Brokkoli

Zutaten:

300g Lachs
1 Brokkoli
200ml Sahne
10 Kirschtomaten
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
Nudeln
Chiliflocken
Kräuter
Butter
Parmesan
Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Erhitzen Sie gesalzenes Wasser für die Nudeln in einem Topf. Kochen Sie die Nudeln darin ab.

Erhitzen Sie abermals gesalzenes Wasser in einem Topf. Geben Sie die Brokkoliröschen für 1-2 Minuten in das siedende Wasser. Füllen Sie den Topf anschließend mit kaltem Wasser und lassen Sie den Brokkoli im kalten Wasser liegen. Dann bleibt die grüne Farbe erhalten.

Schneiden Sie Zwiebel und Knoblauch klein. Erhitzen Sie Öl in einer Pfanne. Schwitzen Sie Zwiebel und Knoblauch darin an. Schneiden Sie die Tomaten klein und geben Sie sie in die Pfanne dazu. Löschen Sie nach 1-2 Minuten mit der Sahne ab. Würzen Sie mit Salz und Pfeffer.

Reiben Sie den Parmesan. Schneiden Sie den Lachs in Scheiben. Geben Sie den Lachs am Ende in die Sauce und rühren Sie nochmal um. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertig! Guten Appetit und viel Spaß beim Nachkochen.