

# Cremige Zitronen- und Forellen-Pasta

Gesamtzeit **54 Min.** 40 Min. Marinierdauer 8 Min. Kochzeit 6 Min. Vorbereitungszeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**2154 kJ / 514.5 kcal**

Fett: **22.9 g** Eiweiss: **28 g**  
Kohlenhydrate: **49.2 g**

## ZUTATEN

2 Portion(en)

<b>200 g</b>	Regenbogenforellenfilets , ohne Haut, ohne Gräten
<b>4 EL</b>	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
<b>0.5 EL</b>	Olivenöl
<b>90 g</b>	Schlagrahm
<b>100 g</b>	Tagliatelle
<b>50 ml</b>	Nudelkochwasser
<b>4</b>	Zweige Thymian
<b>1 Prise</b>	Pfeffer

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Den Fisch in dicke Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. 3 EL [Kikkoman Ponzu Zitrone](#) dazugeben und mischen. 40 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

### Schritt 2

Nach dieser Zeit die Nudeln in leicht gesalzenem Wasser nach Packungsanweisung al dente kochen.

### Schritt 3

In der Zwischenzeit das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die marinierten Fischstücke hinzufügen. Auf beiden Seiten kurz anbraten. Den Rahm und 1 EL [Kikkoman Ponzu Zitrone](#) dazugeben. Mit Pfeffer abschmecken. Etwa 40-60 ml Wasser aus der Nudelpfanne dazugeben. Einige Minuten kochen lassen (bis die Sauce leicht eingekocht ist).

### Schritt 4

Die gekochten und abgetropften Tagliatelle in die Pfanne geben und 2 Minuten lang mit erhitzen.

### Schritt 5

Auf Teller geben und mit frischem Thymian garnieren.