

# 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>	Schlagobers
<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 Esslöffel [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. Das Obers und 1 Esslöffel [Kikkoman Ponzu Zitrone](#) dazugeben. Mit Pfeffer abschmecken. Etwa 40-60 ml Nudelkochwasser dazugeben. Einige Minuten kochen lassen (bis die Sauce leicht eingekocht ist).

### Schritt 4

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

### Schritt 5

Auf Teller geben und mit frischem Thymian garnieren.