



Lachs mit Senf-Kräuter-Kruste auf Möhrentagliatelle

[Mengenangaben für ca. 4 Personen]

Vorbereitung

Eine Auflaufform (ca. 30 cm x 20 cm) bereitstellen und den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Die Möhren putzen, schälen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen wie Bandnudeln hobeln. Den Lachs kalt abbrausen, trocken tupfen, salzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Kräuterkruste

Für die Kräuterkruste 3 EL Olivenöl mit ca. 1 ½ TL gemahltem Knoblauch, Parmesan, Semmelbröseln, Senf und 6 EL Kräutern der Provence vermengen.

Lachsfilet

In einer beschichteten Pfanne 1 TL Olivenöl erhitzen, die Lachsfilets von beiden Seiten jeweils 2 min scharf anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und in die Auflaufform legen. Mit der Senf-Kräuter-Mischung bestreichen und auf der mittleren Schiene 10 min im Ofen backen.

Möhrentagliatelle

Reichlich Salzwasser in einem Topf aufkochen und die Tagliatelle darin nach Packungsangabe bissfest garen. Die Nudeln mit einem Spaghettilöffel oder einer Zange aus dem Salzwasser nehmen. Die Möhrenstreifen ins kochende Nudelwasser geben und max. 2 min darin garen (sie müssen noch bissfest sein). Anschließend das Wasser abgießen.

Möhren und Tagliatelle in eine heiße, beschichtete Pfanne geben. Das Pesto sowie die Sahne unterrühren und kurz aufkochen. Je nach Geschmack mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Die Möhrentagliatelle auf einem tiefen Teller anrichten und den Lachs darauflegen. Nach Belieben mit etwas Zitronensaft beträufeln und/oder noch vorhandenen Kräutern bestreuen.

Guten Appetit! 😊

Teilt eure Ergebnisse gern unter dem Hashtag [#aoklivecooking](#) !



Zutaten

große Möhren	4 St.
Lachsfilets (à 120 g)	4 St.
Tagliatelle	180 g
grünes Pesto (z.B. Basilikum)	90 g
Sahne	150 ml
geriebener Parmesan	50 g
Semmelbrösel	50 g
Senf	90 g
Zitronensaft	1-2 EL
Olivenöl	5 EL

Knoblauch (gemahlen)
Kräuter der Provence
(getrocknet)
Salz, Pfeffer

Preis pro
Portion:
ca. 5,08 €

