

Bandnudeln mit Stremellachs und Orangen-Dill-Soße

Zutaten 2 Personen

4 Personen

½ Bund Petersilie	1 Bund Petersilie
½ Bund Dill	1 Bund Dill
1 Tel Senf	2 Tel Senf
1 El Olivenöl	2 El Olivenöl
Salz, Pfeffer, brauner Zucker	Salz, Pfeffer, brauner Zucker
1 kleine Orange oder Orangensaft	1 Orange oder entspr. Orangensaft
200 g Bandnudeln	400 g Bandnudeln
1 Pkg. Stremellachs ca. 175 g	2 Pkg. Stremellachs ca. 350 g
1 kleine Zucchini	1 Zucchini
Backpapier	Backpapier
Ca. 350 kcal/ Portion	

So geht's:

Für die Sauce die Orange auspressen oder gleiche Menge Orangensaft (Tetrapack).

Frische Kräuter waschen und trocken schütteln. (Ersatzweise Kräuter aus der Tiefkühltheke -Aldi). Stiele entfernen.

Kräuter, Orangensaft, Senf, Öl und 1 (2) Tel Zucker in einen Mixbecher geben und mit einem Stabmixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Nudeln in Salzwasser nach Packungsangabe garen. Den Backofen vorheizen (E-Herd 100°C – Umluft 80°C). Den Stremellachs auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und ca. 5-8 Minuten erwärmen.

Die Zucchini putzen, waschen und mit einem Sparschäler dünne Streifen schneiden. Ca. iMinute vor Ende der Garzeit zu den Nudeln geben und mit garen.

Anschließend abtropfen lassen. Die Nudeln mit der Sauce mischen. Den Stremellachs aus dem Ofen nehmen, grob zerkleinern und mit den Nudeln vermengen.

Tip: Frische Kräuter gibt es nicht nur auf dem Markt. Aldi hat eine große Auswahl der gängigsten Kräuter in der Tiefkühltheke. So haben Sie immer frische zu Hause.

