



# Bandnudeln mit Räucherlachs und Fenchel

## Gesunde Rezepte für jeden Tag

- » 200 g Bandnudeln
- » Salz
- » 100 g geräucherter Lachs
- » 1 TL Zitronensaft
- » frischer Dill
- » Jodsalz, Pfeffer
- » 2 EL Parmesan
- » 1/2 Zwiebel
- » 1 EL Rapsöl
- » 300 g Fenchel
- » 100 ml Milch 1,5 % Fett
- » 1/2 TL Weizenmehl Type 405
- » 40 g Frischkäse 20 % Fett i. Tr.

1. Die Bandnudeln in Salzwasser nach Packungsanleitung garen.
2. Für den Räucherlachs, Milch mit Mehl verrühren und 10 Minuten köcheln lassen. Frischkäse einrühren. Lachs in Stücke schneiden und dazugeben. Mit Zitronensaft und gehacktem Dill würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Für den Fenchel, Zwiebeln fein würfeln und in Öl andünsten. Fenchel in Stücke schneiden, hinzufügen und etwa 5 Minuten dünsten.
4. Räucherlachs und Fenchel auf den Bandnudeln anrichten. Mit Parmesan bestreut servieren.

Tipp:  
Sie können nach Belieben den Fenchel auch mit anderem Gemüse austauschen.