



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **15 perc**



Elkészítés: **30 perc**



Havas Dóra

## GRILLEZETT LAZAC ÉS SPÁRGA TÉSZTASALÁTÁVAL

15 perc alatt egy kiadós, de egészséges tésztavacsora? Micsoda? Igen, jól hallod, pár alaphozzávalóból és az Auchanból szerzett friss spárgából és lazacszeletből olyan isteni és könnyű ételt varázsolhatsz, hogy mindenki megnyalja mind a tíz ujját!

### HOZZÁVALÓK

20 dkg lazac filé  
25 dkg zöld spárga  
5 evőkanál olvasztott

vaj  
40 dkg főtt tészta  
0.5 dl tészta főzőlé

1 púpozott evőkanál  
pesztó  
0,5-1 db citrom frissen  
facsart leve

fél teáskanál só  
1 csipet Bors  
**ALLERGÉNEK**  
glutén

- 1** A grillt vagy grillserpenyőt felforrósítjuk és a megtisztított zöld spárgát (fás végeit letörjük) 1 evőkanál vajon gyakran forgatva megsütjük. Közben sózzuk, borsozzuk. Levesszük a grillről és félretesszük.
- 2** A lazacot megkenjük olvasztott vajjal és mindkét oldalán 2-3 percig sütjük, közben sózzuk, borsozzuk. Levesszük a grillről és félretesszük.
- 3** Az öntethez egy befőttesüvegbe tesszük a pesztót, a tészta főzőlevét, 2 evőkanál olvasztott vajat, kevés sót és a citrom levét. Összerázzuk, majd a tészta főzőlére öntjük és alaposan összekeverjük.
- 4** A spárgát falatnyi darabokra vágjuk, a tésztahoz adjuk, majd ráforgácsoljuk a grillezett lazacot is. Fogyaszthatjuk hidegen és melegen is.



**Töltse le további receptjeinket az [auchan.hu/receptek](https://auchan.hu/receptek) oldalról!**



**Auchan**