

# Kremete ørretpasta med sitronsaus

total tid **54 min.** 40 min. marinerings tid **8 min.** koketid **6 min.** tilberedningstid

Næringsinnhold (per porsjon):  
**2154 kJ / 514.5 kcal**

Fett: **22,9 g** Protein: **28 g**  
Karbohydrater: **49,2 g**

## INGREDIENSE

### R

2 porsjoner

<b>200 g</b>	filet av regnbueørret, uten skinn og bein
<b>4 ss</b>	Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer
<b>0,5 ss</b>	olivenolje
<b>90 g</b>	pisket krem
<b>100 g</b>	tagliatelle
<b>0,5 dl</b>	kokende vann fra pastaen
<b>4</b>	kvister timian
<b>1 klype</b>	pepper

## TILBEREDNING

### Steg 1

Skjær fisken i store terninger og ha den i en bolle. Tilsett 3 ss [Kikkoman Ponzu Sitron](#) og bland. La stå i kjøleskapet i 40 minutter.

### Steg 2

Etterpå koker du pastaen al dente i lettsaltet vann etter anvisningen på pakken.

### Steg 3

I mellomtiden, varm opp olivenoljen i en stekepanne og tilsett de marinerte fiskestykkene. Stek kort på begge sider. Tilsett kremen og 1 ss [Kikkoman Ponzu Sitron](#). Smak til med pepper. Tilsett ca. 0,5 dl vann fra pastakasserollen. La det koke i noen minutter (til sausen er litt redusert).

### Steg 4

Ha den kokte og avsilte pastaen oppi stekepannen og varm alt sammen i 2 minutter.

### Steg 5

Anrett på tallerkener og pynt med fersk timian.