Tagliatelle mit Fenchel-Kapern-Sauce





Zubereitungszeit 30min





Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Fenchel	2 St.
Zitronen	1 St.
Kapern	2 EL
Öl	2 EL
Gemüsebrühe	200 ml
Tagliatelle, frisch	500 g
Frischkäse, natur	150 g

Pfeffer, schwarz gemahlen

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Pfanne, Sieb, grobe Reibe, Küchenpapier

- 1. In einem Topf ca. 5 I Salzwasser aufkochen. Zwiebeln halbieren, schälen und fein würfeln. Fenchel waschen, Fenchelgrün abzupfen, halbieren, Strunk entfernen und in sehr feine Streifen schneiden. Fenchelgrün ebenfalls fein hacken. Zitrone waschen, ca. 1 TL Schale abreiben, halbieren und Saft auspressen. Kapern abgießen und abtropfen lassen.
- 2. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Fenchel mit Zwiebel darin ca. 4 Min. anbraten. Brühe ggf. anrühren, zum Fenchel gießen und ca. 4 Min. köcheln.
- 3. Tagliatelle im siedenden Salzwasser ca. 5 Min. bissfest garen und in ein Sieb abgießen. Kapern und Frischkäse zum Fenchel rühren, Pfanne vom Herd ziehen und Sauce mit Zitronenschale, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4. Tagliatelle zur Sauce in die Pfanne geben und vermengen. Pasta mit Fenchel-Kapern-Sauce auf Tellern verteilen und mit Fenchelgrün garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	611 kcal
Kohlenhydrate	111 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	10 g