

Nudelsalat mit Lachs – ein sommerlicher Genuss!



Durch ihre regelmässigen Wanderungen zu den Laichgründen in den Flüssen stellen Lachse eine verlässliche Nahrungsgrundlage für über 200 Tierarten dar. Auch die Wälder von Alaska sind auf diesen Fisch angewiesen: Etwa 80 % ihrer Stickstoffversorgung stammt von den ausgewachsenen und nach dem Abbläuen in ihren Gewässern verendeten Lachsen.

Auch in Europa gab es viele Lachsschwärme in den Flüssen. Besonders der Rhein galt als Fluss mit zahlreichen Lachsfischen. Aber als die Industrie sich im 19. Jahrhundert an den Ufern ansiedelte, Wasserkraftwerke die Flüsse versperrten und die Wasserqualität sich durch starke Verschmutzung immer mehr verschlechterte, verschwanden die Lachse allmählich.

Durch die Aktion Lachs 2000 gelang 1983 am Oberrhein eine erfolgreiche Wiederansiedlung, die 1997 durch die erste Rückkehr eingesetzter Junglachse gekrönt wurde. Inzwischen sind an vielen Stauwehren auch sogenannte Fischtreppe für Lachse angebracht und es darf nur noch kontrolliert gefischt werden.



Das braucht es für 4 Personen:

- 300 g Fusilli (Variante: Hörnli, Spiralen)
- 400 g Lachs, geräuchert
- 500 g Kirschtomaten
- 3 Zwiebeln
- 150 g Rucola
- 1 Bund Basilikum
- 4 EL Zitronensaft
- 1 dl Gemüsebrühe
- Salz & Pfeffer, nach Belieben
- 2 EL Olivenöl



So wird es gekocht:

(Vorbereitung ca. 10 Min. / Garzeit ca. 20 Min.)

1. Nudeln gemäss Packungsanleitung in Salzwasser bissfest garen, anschliessend abgiessen, abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe teilen.
3. Tomaten waschen und halbieren, dann zusammen mit den Zwiebeln unter die Nudeln mischen.
4. Zitronensaft, Brühe, Pfeffer und Olivenöl verrühren, unter den Salat heben und 10 Minuten ziehen lassen.
5. Jetzt den Rucola putzen, waschen und trockenschleudern, evtl. kleiner schneiden.
6. Das Basilikum abbrausen, trockenschütteln und die Blättchen fein hacken.
7. Den Lachs mit der Gabel in kleine Stücke zerpfücken.
8. Nun alles unter den Salat heben und mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen.



Variante:

Anstelle der Zwiebelringe einfach nach Belieben Erbsen oder Süssmais dazugeben.

Das passt dazu:

Dazu passen sehr gut frische oder leicht getoastete Baguette-Scheiben.

Die Weinkellerei Rahm empfiehlt:

Hallauer rosé, Graf von Spiegelberg, Hallau AOC: Feinfruchtige Aromen, ausgewogen, zugänglich, mit frischem Abgang. Passt als Apéro und zu leichten Speisen, asiatischen Gerichten und Thunfisch. Bestellen können Sie ihn direkt [hier](#).

„En Guete“ wünscht Ihnen Doris