

1/2 Nudelsalat

Dauer: Mittel Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Vorspeisen und Salate Saison: Frühling Sommer

Für: 4 Personen



Verfasst von: Franziska Präauer

Zutaten

500 G	Spiralnudeln
1 STUECK	Kohlrabi
3-4 EL	Olivenöl
4 STUECK	Frühlingszwiebeln
2 KLEINE STUECK	Gurken
2-3 STUECK	Paprika (je nach Größe)
0,5 BUND	Radieschen
1 RISPE	Cherrytomaten
1 KLEINE DOSE	Mais
50 G	gehackte Haselnusskerne

Zubereitung

1. Die Nudeln kochen und mit dem Pesto vermischen.
2. Den Kohlrabi schälen, in feine Würfel schneiden und danach kurz mit Olivenöl anbraten.
3. Frühlingszwiebel, Gurken, Paprika, Radieschen, Cherrytomaten waschen und mundgerecht schneiden.
4. Danach mit den Nudeln, dem Mais und den gehackten Haselnusskernen vermengen.

Info

Isst-Gut-Rezept: Nudeltag

Nudelsalat mit Pesto

2/2 Pesto

Dauer: Mittel Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Vorspeisen und Salate Saison: Frühling Sommer

Für: 4 Personen



Zutaten

1-2	mittelgroße Knoblauchzehen
100 ML	Olivenöl
100 G	Haselnüsse im Ganzen – müssen nicht geschält sein
	Salz
	Pfeffer

Verfasst von: Franziska Präauer

Zubereitung

1. Kräuter bereitstellen, Knoblauchzehen schälen und mit sämtlichen angeführten Zutaten für das Pesto pürieren.

Bruschetta grüne Olive oder Salsa verde (Stay Spiced) – verleiht dem Ganzen ein sommerlich-frisches Geschmackserlebnis!