

NUDELSALAT MIT GETROCKNETEN TOMATEN, PINIENKERNEN UND REITER SCHWARZWÄLDER



GLÜCK ISST, WO IMMER DU BIST. 

ZUTATEN

4 Portionen
Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Garzeit: 15 Minuten

150 g REITER Schwarzwälder
(in Scheiben)
350 g Rigatoni
Salz
3 EL Olivenöl
80 g getrocknete Tomaten
(aus dem Glas)
50 g Pinienkerne
120 g Parmesan
4 EL weißer Balsamicoessig
2 Hand voll Rucola
frisch gemahlener Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Die REITER Schwarzwälder in dünne Streifen schneiden. Die Rigatoni nach Packungsanleitung in kochendem Salzwasser al dente garen, abgießen, kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Mit dem Olivenöl vermengen. Die Tomaten abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne duftend rösten. Den Parmesan fein reiben, den Rucola waschen und trockenschleudern.
2. Alle vorbereiteten Zutaten außer dem Rucola mit dem Essig vermengen, abschmecken und nach Belieben noch etwas ziehen lassen. Erst kurz vor dem Servieren den Rucola unterheben und nochmals mit Salz und ggf. etwas mehr Essig abschmecken.

Pro Portion ca. :
771 kcal
3245 kJ
31,8 g EW
39,7 g F
70,9 g KH
3,7 g Bst
53 mg Chol
6 BE

Allergene: Glutenhaltiges Getreide,
Spuren von Sellerie, Milch