Schneller Nudelsalat

Wenn die Zeit drängt, dann kann dieses Rezept voll und ganz punkten. Mit diesem schnellen Nudelsalat wird in kürzester Zeit ein tolle Beilage gezaubert.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 35 min

Koch/Backzeit: 12 min

Gesamtzeit: 47 min



Foto: Katrin Morenz

Zutaten

500 g	Nudeln
320 g	Feta
320 g	Tomaten
80 g	Rucola
50 g	Pinienkerne
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
10 EL	Olivenöl
5 EL	Balsamicoessig
2 TL	Senf
2 TL	Honig
2 Stk.	Knoblauchzehe
50 g	Parmesan

Zubereitung

1. Für den schnellen Nudelsalat zuerst die Nudeln in kochendem Wasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Sie dann abschrecken und zur Seite stellen, bis sie abgekühlt sind.

2. In dieser Zeit den Feta in kleine Würfel schneiden, die Tomaten abwaschen und ebenfalls würfeln, den Rucola waschen, trocken schleudern und in dünne Streifen schneiden.

3. In einer beschichteten Pfanne die Pinienkerne anrösten. Dafür kein Fett verwenden. Die Kerne aus der Pfanne nehmen und in einer kleinen Schüssel zur Seite stellen. Den frischen Parmesan grob reiben.

4. Für das Dressing Öl, Balsamico, Senf und Honig miteinander vermengen. Den Knoblauch schälen und durch die Knoblauchpresse dazu drücken. Abermals gut umrühren.

5. Nun in einer großen Schüssel Nudeln, Rucola, Feta und Tomaten vermischen, salzen und pfeffern. Kurz bevor der Salat serviert wird, das Dressing über diese Mischung geben, die Pinienkerne dazu und Parmesan drüber streuen. Alles noch mal gut miteinander vermengen, abschmecken und notfalls nachwürzen.

Tipp

Der schnelle Nudelsalat ist wie eben beschrieben ein vegetarischer Salat. Aber auch geräucherter Schinken passt wunderbar. Den Fetakäse kann man auch gegen Gouda austauschen.