

Erfrischender Spaghetti-Salat

Viele Nudelsalate sind ziemlich mächtig, doch das muss nicht sein, wie dieses Rezept zeigt. Ein erfrischender Spaghetti-Salat ist lecker und liegt nicht schwer im Magen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 25 min



Foto: superscheeli

Zutaten

160 g	Spaghetti
1 Kopf	Salat
1 Stk.	Apfel
8 Stk.	Cherrytomaten
100 g	Schinken (gekochten)
1 Handvoll	frische Kräuter
1 Schuss	Olivenöl
1 Schuss	Balsamicoessig
1 Schuss	Agavendicksaft
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Ein erfrischender Spaghetti-Salat wird wie folgt zubereitet: Reichlich Salzwasser in einem Topf erhitzen und die Spaghetti darin al dente kochen. In der Zwischenzeit den Schinken in Streifen schneiden.
2. Den Salat putzen, die Salatblätter in mundgerechte Stücke zupfen, abbrausen und trockenschleudern. Apfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in kleine Stücke schneiden.
3. Tomaten waschen, Stielansatz herausschneiden und je nach Größe vierteln oder achteln. Mit Spaghetti, Blattsalat, Apfel und Schinken mischen. Kräuter waschen, trockentupfen und fein

hacken.

4. Aus Olivenöl, Balsamico-Essig, Agavendicksaft (alternativ: Zucker), Salz und Pfeffer ein Dressing anrühren. Mit den Kräutern abschmecken. Den Salat vorsichtig mit dem Dressing vermengen und servieren.

Tipp

Dieser erfrischende Spaghetti-Salat ist wunderbar als Reste-Essen geeignet, um übrig gebliebene Spaghetti vom Vortag zu verarbeiten.