

Nudelsalat - leicht, gesund, schnell und mega gut



Nudelsalat gibt's bei uns nicht soooo oft, aber letztens hatten wir – wohl aufgrund der super Zutaten, die wir noch hatten – echt Lust auf dieses schnelle Essen! Und es war perfekt, um es am nächsten Tag als Jausenproviant mitzunehmen. Also einfach perfekt für uns.

Was kam rein? Von Spargel über Avocados zu Tomaten und vielem mehr – lass dich inspirieren von diesem Rezept, mit dem du Restln verarbeiten und ihn nach deinen kulinarischen Vorlieben anpassen kannst! Jedenfalls ein Nudelsalat– leicht, gesund, schnell und mega gut 😊

Du brauchst dafür:

- 150 g Nudeln
- 400 g Spargel
- 2 Baby Gurken
- 1 Avocado
- Eine Handvoll Erdbeeren
- 2 Handvoll Cherry Tomaten
- 1 Handvoll Oliven
- 1-2 Kugeln Mozzarella
- Optional 1 Becher mit Sauerrahm und/oder Joghurt
- Optional etwas Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

Und so geht's:

- Nudeln nach Packungsanleitung kochen
- Spargel waschen, optional schälen und ca. 5 Minuten garen
- Erdbeeren und Gemüse waschen und in mundgerechte Stücke schneiden
- Mozzarella in ca. 1 cm große Stücke schneiden
- Den gegarten Spargel ebenfalls in ca 2 cm große Stücke schneiden
- Alle Zutaten in eine Schüssel geben
- Dressingvarianten:
 - Mein pures Lieblingsdressing in jeder Salatvariation: Öl, Balsamicoessig, einen Schuss Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermischen und in der Schüssel mit den Zutaten gut vermischen

- Eine cremigere Alternative: Sauerrahm und Joghurt verrühren, salzen und pfeffern und unter die Zutaten vermischen, optional noch einen Schuss Zitronensaft dazu geben