

## Mediterraner Nudelsalat

VORBEREITEN

15  
Min.

RUHEN

60  
Min.

ZUBEREITEN

10  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Portionen

#### Für den mediterranen Nudelsalat

300 g Spiraloni (oder andere Nudeln)  
150 g getrocknete Tomaten  
100 g schwarze Oliven  
100 g Feta  
1/2 Bund glatte Petersilie  
100 g Kirschtomaten  
50 g Rucola  
60 g Pinienkerne

#### Für das Dressing

4 Esslöffel Olivenöl  
4 Esslöffel Balsamico  
Salz, Pfeffer

Lass deinen letzten Urlaub mit diesem **mediterranen Nudelsalat** wieder aufleben: schwarze **Oliven**, getrocknete **Tomaten**, würziger **Feta** und **Rucola** versammeln die gesamte Aromatik des Mittelmeers in einer einzigen Schüssel. Zusammen mit frischer Pasta, gehackter **Petersilie**, leichtem **Balsamico-Olivenö-Dressing** und gerösteten **Pinienkernen** wird dein Sommer zur kulinarischen Genießer-Jahreszeit. Bleibt nur noch die Frage nach der passenden Brot-Beilage: Pitabrot

oder Ciabatta? Aber ganz ehrlich: Warum solltest du dich für ein richtig gutes Brot entscheiden, wenn du auch beide haben kannst? Genuss kennt schließlich keine Grenzen.

- 1 -

Nudeln in Salzwasser bissfest kochen.

- 2 -

Für das Dressing alle Zutaten verrühren. Nudeln abgießen und sofort mit dem Dressing vermengen.

- 3 -

Getrocknete Tomaten und Oliven kleinschneiden. Feta würfeln. Petersilie hacken. Cocktailtomaten halbieren. Alle Zutaten unter die Nudeln heben. Rucola dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen, mindestens 1 Stunde kaltstellen.

- 4 -

Pinienkerne anrösten und als Topping über den fertigen Salat streuen.