



Hauptspeise



Mediterraner Nudelsalat "Caprese"

🕒 20 min Zubereitungszeit

🕒 5 min Kochzeit

🍴 956 kcal pro Portion

••• Leicht

🌐 International

🌱 Vegetarisch



Zutaten

2 Portionen

150 g Miracoli Pasta Pronto

2 El Pesto Verde

50 g Rucola

5 Stk Tomaten, mittelgroß

1 Kugel Mozzarella

1 Rote Zwiebeln

1 Pfirsich

4 Stängel Basilikum

Salz, Pfeffer zum Würzen

2 El Olivenöl

Balsamico Creme zum Ausgarnieren

Zubereitung

- 1 Miracoli Pasta Pronto in kochendem Salzwasser ca. 1-2 Min. garen. Anschließend abschütten. Pesto Verde drüber geben, alles gut vermengen und auskühlen lassen.
- 2 Rucola waschen und abtropfen lassen. Tomaten waschen und in Spalten schneiden. Mozzarella Kugel aus der Verpackung nehmen, abtropfen lassen und in Würfel schneiden.
- 3 Rote Zwiebel schälen, halbieren und in hauchdünne Scheiben schneiden. Pfirsich abwaschen, entkernen und in Würfel schneiden. Basilikumblätter abzupfen.
- 4 Vorbereitetes Gemüse sowie Obst zusammen mit den Nudeln in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer würzen. Olivenöl drüber geben und alles gut vermengen.
- 5 Nudelsalat auf Tellern anrichten. Balsamico Creme drüber geben und mit Basilikumblättern ausgarnieren.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	840kJ /199kcal	4.034kJ /956kcal
Fett	7g	35g
davon gesättigte Fettsäuren	2g	10g
Kohlenhydrate	26g	123g
davon Zucker	2g	9g
Eiweiß	7g	31g
Salz	1g	3g