

## Deftiger - Nudelsalat

Zutaten für: 4 Portionen

250	Gramm	Nudeln
5		Gewuerzgurken, klein
250	Gramm	Fleischwurst
3		Tomaten
236	ml	Ananasringe, aus der Dose
300	Gramm	Tk-Erbesen
1/2	Bund	Petersilie; zum Garnieren
150	Gramm	Magermilchjoghurt
4	Essl.	Mayonnaise
		Ananassaft
1	Teel.	Curry
		Salz
		Pfeffer

### Anleitung:

Nudeln in reichlich Salzwasser geben und ca. 10 Minuten kochen.  
Nudeln Abgiessen und kurz unter kaltem Wasser abschrecken.  
Gewuerzgurken und Wurst in Streifen schneiden, Tomaten entstielen,  
Waschen und achteln. Ananas abtropfen lassen ( Saft aufheben ), in  
Kleine Stuecke schneiden. Erbsen auftauen und alles in einer  
Schuessel vermengen. Den Joghurt und die Mayonnaise mit dem  
Ananassaft glattruehren und mit Curry, Salz und grobem Pfeffer

Abschmecken. Die Sosse unter die Zutaten geben und den Salat in  
einer Grossen Schuessel anrichten. Mit Petersilie garniert servieren.

Zubereitungszeit etwa 45 Minuten

Pro Portion ca. 640 kcal