

Nudelsalat mit Zucchini und Getrockneten Tomaten

Kategorien: Salat, Kalt, Nudeln, Küche

Zutaten für: 4 Portionen

250	Gramm	Nudeln (z. B. Spiralnudeln)
		Salz
100	Gramm	Getrocknete Tomaten in Oel
600	Gramm	Zucchini
2		Rote Zwiebeln
200	Gramm	Schlagsahne
		Frisch gemahlener Pfeffer
3	Essl.	Weissweinessig
1	Bund	Basilikum
30	Gramm	Pinienkerne; (ersatzweise Sonnenblumenkerne)

Anleitung:

Die Nudeln in reichlich Salzwasser nach Packungsanweisung gerade eben bissfest garen. Auf einem Sieb abgiessen und gut abtropfen lassen. Die Tomaten abtropfen lassen, das Oel auffangen. Die Tomaten wuerfeln. Die Zucchini putzen und in duenne Stifte schneiden (geht gut auf der groben Seite der Haushaltsreibe oder in der Kuechenmaschine). Die Zwiebeln abziehen und wuerfeln.

Das Tomatenoel erhitzen und die Zwiebelwuerfel darin glasig duensten. Die Zucchini stifte zugeben und eine Minute braten. Die Sahne zugeben und einmal aufkochen, von der Kochstelle nehmen. Sofort die Nudeln und die Tomaten untermischen. Den Salat mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Das Basilikum abspuelen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett unter Ruehren anroesten, zusammen mit dem Basilikum unter den Salat mischen. Den Nudelsalat mindestens zwei Stunden durchziehen lassen.

Naehrwerte: pro Portion ca. 510 Kalorien, 28 g Fett