

Nudel - Muffins mit Blattsalaten - Pikante

Kategorien: Muffin, Herzhaft, Teigware, Gemüse, Käse

Zutaten für: 4 Personen

250		Semi-frISChe Nudeln aus dem Kühlregal)
		(Jod-)Salz
2		Tomaten
1		Gelbe Paprikaschote
200		Staudensellerie
1		Zucchini
1	klein.	Bund Frühlingslauch
4		Eier
150	ml	Sahne
150		Geriebener Parmesankäse Oder Emmentaler
		Pfeffer aus der Mühle
1/2		Currypulver
1/2		Thymian
		Cayennepfeffer
12		Muffin-Papierförmchen
800		Blattsalate (Kopfsalat, Chicorée Eissalat, Feldsalat Eichlaubsalat, Radic Zucker
2		Apfelessig mit Honig und Molke
6		Rapskernöl
1	Bund	Radieschen
1		Schachtel Kresse

Anleitung:

Die Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser garen, in ein Sieb abschütten und abtropfen lassen. Inzwischen die Tomaten brühen, abziehen, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln.

Die Paprikaschote putzen und mit dem Staudensellerie und der Zucchini in kleine Würfel schneiden. Den Frühlingslauch waschen und in Scheibchen schneiden.

Die Eier mit der Sahne und dem Parmesankäse in einer Schüssel vermengen und das Gemüse und die bunten Nudeln dazu geben. Das Ganze gut durchmengen und mit Salz, Pfeffer aus der Mühle, Currypulver, Thymian und wenig Cayennepfeffer würzen.

Die Nudelmischung in Muffin-Papierförmchen verteilen und in Muffinformen, Näpfchen oder Kaffeetassen stellen. Zum Schluss noch etwas geriebenen Parmesan darüber streuen und im vorgeheiztem Backofen bei 180 Grad Celsius 15 bis 20 Minuten backen.

Die Blattsalate verlesen, waschen, trocken schleudern und in kleinen Salatschälchen anrichten. Jodsalz, Pfeffer aus der Mühle, Zucker und den Apfelessig mit Honig und Molke in eine Schüssel geben und verrühren. Nach und nach das Rapskernöl hinzufügen und unterrühren. Die Radieschen putzen, waschen und klein schneiden. Die Kresse abschneiden und waschen, mit den Radieschen zum Dressing geben und würzig abschmecken.

Anrichten:

Nudel - Muffins mit Blattsalaten - Pikante

(Fortsetzung)

Das Dressing über die vorbereiteten Salate träufeln und die Nudelmuffins dazu reichen.