

Mediterraner Nudelsalat



4 Personen



Gesamtzeit
30 min

Zutaten

- 500 g Gemelli Nudeln
- 1 Glas eingelegte, getrocknete Tomaten
- 1 TL Salz
- 2 Schluck Balsamico Essig rosé
- 50 g Pinienkerne
- Balsamico-Creme zum Garnieren

Zubereitung

- 01** Die Nudeln in reichlich gesalzenem Wasser bissfest kochen. Anschließend abgießen, ausdampfen und vollständig abkühlen lassen.
- 02** Die eingelegten Tomaten in ein Sieb geben und das Öl dabei auffangen. Die Tomaten je nach Größe in Streifen oder Stücke schneiden und zu den Nudeln geben.
- 03** Etwa 30 ml des aufgefangenen Tomatenöls zusammen mit 1 TL Salz zu den Nudeln geben und alles gründlich vermengen, sodass sich das Aroma gleichmäßig verteilt.
- 04** Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne zusätzliches Fett goldbraun anrösten. Anschließend etwa zwei Drittel der Pinienkerne unter den Nudelsalat mischen.
- 05** Den Rucola waschen, gut trocken schleudern und grob zupfen. Anschließend vorsichtig unter den Nudelsalat heben.
- 06** Den Nudelsalat auf Tellern oder in einer Schüssel anrichten, mit der Balsamico-Creme beträufeln und mit den restlichen Pinienkernen garnieren.
- 07** Vor dem Servieren nochmals abschmecken und nach Belieben nachwürzen.

Tipps

Schwarze Kalamata-Oliven passen ideal für eine herbe, salzige Note.

Frisch geriebener Parmesan oder Mini-Mozzarellakugeln runden den Salat perfekt ab.

Geröstete Pinienkerne harmonisieren super mit zusätzlich beigefügten Kirschtomaten oder gegrillter Zucchini.

