Rezept

Italienischer Nudelsalat vegetarisch

Ein Rezept von Italienischer Nudelsalat vegetarisch, am 29.04.2024

Zutaten

60 g	Pinienkerne
	Salz
3	Eier
300 g	Zucchini
3 EL	Weißweinessig
1 EL	Feigensenf (ersatzweise mittelscharfer Senf)
250 g	kurze Nudeln (z. B. Fusilli)
	Pfeffer
1 Stange	Lauch
4-5 EL	Olivenöl
	Zucker
50 g	Parmesan (am Stück)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 580 kcal

Zubereitung

1. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und abkühlen lassen. Die Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Die Eier ca. 10 Min. hart kochen.

2. Lauch und Zucchini putzen und waschen. Lauch in Ringe schneiden, Zucchini längs halbieren und in Scheiben schneiden. 1-2 EL Öl erhitzen. Lauch und Zucchini darin bei mittlerer Hitze 8-10 Min. unter Wenden braten, salzen und pfeffern.

3. Essig, Salz, Pfeffer, Zucker und den Senf verrühren. 3 EL Olivenöl unterrühren. Nudeln und Eier abgießen und abschrecken. Nudeln abtropfen lassen. Gemüse, Nudeln, Pinienkerne und Vinaigrette vermengen. Abkühlen lassen. Parmesan in Spänen darüberhobeln und den Salat abschmecken. Eier pellen, vierteln und unter den Salat heben.