Rezept

Reisnudelsalat mit Backgemüse

Ein Rezept von Reisnudelsalat mit Backgemüse, am 03.05.2024

Zutaten

250 g	reisförmige Nudeln (Kitharaki bzw. Orzo)
7 EL	Olivenöl
1 TL	gemahlener Koriander
1 Msp.	türkischer Plättchenpaprika (Pul biber; ersatzweise Cayennepfeffer)
1	Zucchino (250 g)
3 EL	Limettensaft
1	kleines Bund glatte Petersilie
	Salz
2 TL	gemahlener Kreuzkümmel
	Pfeffer
1 EL	Sesamsamen
2	Knoblauchzehen
1	Aubergine (250 g)
2 EL	Weinessig
100 g	Feta

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

Zubereitung

1. Die Kitharaki nach Packungsanweisung in gesalzenem Wasser garen. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen.

2. 5 EL Olivenöl mit Kreuzkümmel, Koriander, 1 TL Salz, etwas Pfeffer, Pul biber und den Sesamsamen verrühren. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Zucchino und Aubergine waschen, putzen und beides würfeln. Mit der Marinade vermischen und im Ofen (Mitte) ca. 10 Min. backen, bis sie gar sind.

3. Limettensaft, Weinessig und 2 EL Olivenöl verrühren. Pfeffern und salzen. Die Petersilie waschen und trockenschütteln. Die Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken.

4. Nudeln mit Gemüse, Petersilie und der Marinade verrühren. 10 Min. ruhen lassen. Nochmals abschmecken. Vor dem Servieren den Feta über den Salat bröckeln.