Rezept

Nudel-Miesmuschel-Salat

Ein Rezept von Nudel-Miesmuschel-Salat, am 12.10.2024

Zutaten

Für den Salat

- **1 kg** Miesmuscheln
- **250 g** Nudeln (z. B. Penne)
- **½ Bund** Basilikum
- Salz
- **1** große rote Paprika

Für die Mayonnaise

- **250 ml** Öl
- **1 TL** Senf
- Salz
- **150 g** Joghurt
- **1** frisches Ei (M)
- **1** Knoblauchzehe
- Pfeffer
- **2 TL** Currypulver

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 890 kcal, 68 g F, 17 g EW, 53 g KH

Zubereitung

1. Für den Salat die Muscheln unter fließend kaltem Wasser gründlich säubern und den Bart herausziehen. Bereits geöffnete Exemplare aussortieren. In einem großen Topf Salzwasser aufkochen. Die Muscheln hineingeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 12 Min. kochen, bis alle Schalen geöffnet sind. Abgießen und kurz abkühlen lassen.

2. Inzwischen die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, mit heißem Wasser abbrausen und gut abtropfen lassen. Die Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften in kleine Würfel schneiden. Basilikumstängel vom Beet schneiden, waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen und grob schneiden.

3. Das Muschelfleisch aus den Schalen lösen, dabei noch geschlossene Muscheln aussortieren. Muschelfleisch, Nudeln, Paprika und Basilikum in eine große Schüssel geben.

4. Für die Mayonnaise Öl, Ei und Senf in einen hohen Rührbecher geben. Knoblauch schälen und grob hacken, mit etwas Salz und Pfeffer zufügen. Den Pürierstab auf den Becherboden aufsetzen und auf höchster Stufe langsam hochziehen. Dann Joghurt und Currypulver untermixen. Die Mayonnaise mit Salz, Pfeffer und Currypulver kräftig abschmecken.

5. Die Curry-Mayonnaise über den Salat gießen und alles locker durchmischen. Den Nudelsalat mindestens 1 Std. durchziehen lassen, dann servieren.