

Rezept

Nudeln mit schneller Rote-Bete-Salsa

Ein Rezept von Nudeln mit schneller Rote-Bete-Salsa, am 25.03.2023

Zutaten

400 g kurze Nudeln (z. B. Penne)	2 Rote Beten (vorgegart und vakuumiert; ca. 200 g)
4 EL Olivenöl	1 EL flüssiger Honig
2 EL Limettensaft	¼ TL gemahlener Kreuzkümmel
Salz, Pfeffer	200 g Schafskäse (Feta)
1 EL gerösteter Sesam	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal, 22 g F, 11 g EW, 11 g KH

Zubereitung

1. Nudeln nach Packungsangabe zubereiten. Nudelwasser beim Abgießen auffangen.

2. Rote Beten in kleine Würfel schneiden (dabei am besten Einweg-Handschuhe tragen). Öl mit Honig, Limettensaft und Kreuzkümmel in einer Schüssel verrühren. Rote-Bete-Würfel untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

3. 25 ml Nudelkochwasser und die Nudeln unter die Salsa mischen. Feta darüberbröseln und die Nudeln mit Sesam bestreuen.