

Rezept

Nudelsalat mit Aprikosen und Büffelmozzarella

Ein Rezept von Nudelsalat mit Aprikosen und Büffelmozzarella, am 28.06.2026

Zutaten

60 g Buchweizen-Fusilli (ersatzweise andere Buchweizennudeln)	Salz
125 g Büffelmozzarella	2 Aprikosen
$\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone	1 Handvoll Rucola
Cayennepfeffer	2 grüne Oliven ohne Stein
2 TL Sonnenblumenkerne	2 EL Olivenöl

Außerdem:

Einmachglas (ca. 580 ml)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 835 kcal, 55 g F, 25 g EW, 60 g KH

Zubereitung

1. Die Buchweizen-Fusilli in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. In einem Sieb kalt abschrecken und abtropfen lassen.
2. Inzwischen die Aprikosen waschen, abtrocknen, halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch in schmale Spalten schneiden. Den Mozzarella abtropfen lassen und klein würfeln. Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Große Blätter kleiner zupfen.
3. Die Zitronenhälfte heiß abwaschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die Oliven fein hacken. 1 EL Zitronensaft und den -abrieb mit Salz und 1 Prise Cayennepfeffer verrühren, dann das Öl unterschlagen. Die Oliven untermischen.
4. Die Nudeln mit dem Oliven-Zitronen-Dressing mischen und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Erst Nudeln, dann Aprikosen und Mozzarella in ein Einmachglas schichten. Mit Sonnenblumenkernen und Rucola bestreuen und das Glas verschließen. Den Nudelsalat erst kurz vor dem Essen durchmischen. Nach Belieben abschmecken.