

## Rezept

# Pastasalat mit Roten Linsen

Ein Rezept von Pastasalat mit Roten Linsen, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>100 g</b> Fusili	Salz
<b>50 g</b> rote Linsen	<b>1/8 l</b> Gemüsebrühe
<b>3</b> Frühlingszwiebeln	<b>100 g</b> Mungobohnensprossen
<b>2 EL</b> Essig	<b>2 EL</b> Öl
<b>2 EL</b> süßsaure Chilisauce	Pfeffer
etwas Koriandergrün nach Belieben	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

## Zubereitung

1. Fusilli in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Die Linsen in die kochende Brühe einstreuen und zugedeckt bei schwacher Hitze 8-10 Min. garen.

---

2. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Die Sprossen kalt abbrausen und gut abtropfen lassen.

---

3. Essig, Öl, Chilisauce, Salz und Pfeffer verrühren. Nudeln und Linsen in einem Sieb abtropfen lassen und mit Frühlingszwiebeln und Sprossen mischen, dann mit dem Dressing vermengen. Koriandergrün waschen, trocken schütteln, hacken und über den Salat streuen.