



Mediterraner Nudelsalat

★★★★★

Salate

Vorbereitungszeit: 8 Std., 20 Min. **Gesamtzeit:** 8 Std., 20 Min. **Schwierigkeitsgrad:** Leicht **Portionen:** 4 portion(en) **Quelle:** malteotten.de

ZUTATEN

250 g Nudeln, vorzugsweise Penne
250 g Kirschtomate(n), halbiert
125 g Schafskäse, in kleine Würfel geschnitten
100 g Oliven, schwarz mit Stein
1 Zwiebel(n), gewürfelt
2 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt
2 EL Petersilie, gehackt
2 EL Basilikum, gehackt
⅓ Liter Gemüsebrühe, Instant
4 EL Essig, Zitronenessig
5 EL Olivenöl
1 Prise(n) Zucker
Salz und Pfeffer

NÄHRWERT

Calories: 462 kcal
Serving Size: 1

ZUBEREITUNG

Die Nudeln "al dente" kochen und unter kaltem Wasser abbrausen. Die erkaltete Brühe mit Olivenöl, Zitronenessig, den Gewürzen und Kräutern mischen und unterheben. Anschließend die restlichen Zutaten hinzufügen und den Salat über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Vor dem Servieren noch ein wenig Brühe und Olivenöl unterheben, da die Flüssigkeit komplett in die Nudeln gezogen ist.

Dieser Salat eignet sich hervorragend als Beilage zum Grillen, da er leicht ist und nicht so schwer im Magen liegt (wie z. B. Salate mit Mayonnaise oder Sahne).