

Italienischer Nudelsalat



Zutaten:

250g Nudeln (kleine Schleifen)
1 Zucchini
1 Glas getrocknete Tomaten, in Öl
eingelegte
200g Parmesan am Stück
4 TL rotes Pesto
1 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
Oregano

Italienischer Nudelsalat



Zutaten bereitstellen.



Ein Topf mit Wasser zum Kochen bringen.



1 EL Salz zugeben



Nudeln in das kochende Wasser geben.



Nudeln umrühren und 10-13 Minuten kochen.



Ein Abtropfsieb in das Spülbecken stellen.



Nudeln in ein Sieb schütten und mit kaltem Wasser abschrecken.

Name Gericht / Beschreibung Tätigkeit



Zucchini waschen und in Würfel schneiden.



Zwiebel in kleine Würfel schneiden.



Knoblauch fein hacken.



Tomaten mit einer Gabel aus dem Glas nehmen und klein schneiden.



1 EL in eine Pfanne geben und den Herd einschalten.



Zuerst Zwiebeln und Knoblauch andünsten, Kurz danach Zucchini dazugeben.



Tomaten zugeben und dünsten und vom Herd nehmen.

Name Gericht / Beschreibung Tätigkeit



Parmesan grob reiben.



In eine Schale geben.



Nudeln mit 4 TL roten Pesto vermengen.



2 EL Oregano untermengen.



Das gedünstete Gemüse zu den Nudeln geben und vermengen.



Parmesan untermengen.

Name Gericht / Beschreibung Tätigkeit



1 TL Salz dazugeben
und vermengen.



Mit einer Prise Pfeffer
würzen.



130g mit der
Spaghettigabel in die
Weckgläser füllen.



Restlichen Salat in
einen 1/3 GN Behälter
füllen und in den
Kühlschrank stellen.