

Nudelsalat Rezepte

Nudelsalat Mit Gemüse

Gattung: Gemüse, Nudel, Salat

2	Tomaten	1	Essl. Bouillon
100 g	ausgelöste Erbsen	2	Essl. Rahm
100 g	junge Karotte		Salz
200 g	frische Nudeln		Cayenne
	Schnittlauch		Pfeffermühle
1	Essl. Zitronensaft		Dijon-Senf
2	Essl. feinstes Olivenöl		

Tomaten wähen ca. 15 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, Haut abziehen, entkernen und das Tomatenfleisch in Würfel von ca. 1X1 cm schneiden. Erbsen in wenig Salzwasser auf den Punkt blanchieren - je kleiner sie sind, desto kürzer ist die Garzeit. Erbsen auf ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen. Am köstlichsten würden sehr kleine, junge Karotten schmecken, doch ist solches Junggemüse zu haben? Wenn nicht, dann werden normal große Karotten in kleine Würfel geschnitten und kurz in Salzwasser auf den Punkt blanchiert. Nudel in viel kochendem Salzwasser al dente kochen, wobei Sie nicht versäumen sollten, den Garpunkt hin und wieder zu kontrollieren.

Nudeln auf ein Sieb schütten, kurz mit warmen Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Vom Schnittlauch Röllchen schneiden. Zitronensaft, Olivenöl, Bouillon und Rahm zu einer sämigen Sauce rühren und vorsichtig mit Salz, einem Hauch Cayenne, wenig weißen Pfeffer aus der Mühle sowie einer Messerspitze Dijon-Senf würzen. Die noch warmen Nudeln, Erbsen, Karotten und die gewürfelten Tomaten mit der Sauce sorgfältig vermischen, auf großen Tellern verteilen und abschließend mit den Schnittlauchröllchen bestreuen.

An einem heißen Sommertag schmeckt dieser Salat köstlich. Aber nehmen Sie sich jederzeit die Freiheit, mit dem Gemüse zu spielen und das einzukaufen, was der Markt gerade anbietet und worauf Sie besonders Lust haben. Erbsen und Karotten beispielsweise können gut durch bunt gemischte Peperoni (Paprika) ersetzt werden, die nur kurz in wenig Olivenöl gedünstet wurden. Auch Eierschämmchen (Pfifferlinge) oder andere Pilze, kurz gedünstet, eignen sich vorzüglich für diesen Salat und Bringen ein völlig neues Geschmackserlebnis.