



Rucola-Pasta-Salat mit Serrano

und getrockneten Tomaten



unter 20min



2 Personen

¡Buenos días! Hier kommt ein temperamentvoller Salat der Königsklasse! Getrocknete Tomaten, Rucola und italienischer Käse versprühen sonniges, mediterranes Flair und der mild-aromatische Geschmack von luftgetrocknetem Serranoschinken einen Hauch spanischer Eleganz. Dieser Pastasalat ist übrigens ein echtes Allroundtalent - er schmeckt als leichtes Abendessen genauso gut wie als sättigender Lunch.

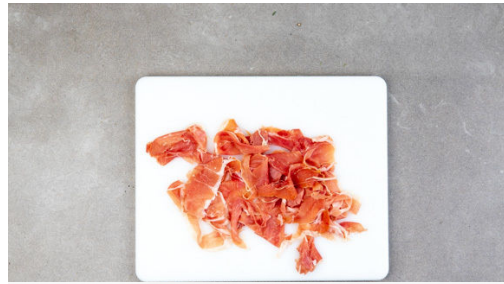
- 200g Bio-Penne ¹
- 1 Pck. Serranoschinken
- 2 Tomaten
- 1 Pck. getrocknete Tomaten
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Thai-Chilischote
- 100g Rucola
- 1 Stück italienischer Hartkäse ²

- 1EL Senf ³
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ⁴

- mittelgroßer Topf
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Milch (2), Senf (3),
Schwefeldioxid und Sulphite (4). Kann
Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 700kcal, Fett 27.4g,
Kohlenhydrate 86.3g, Eiweiß 27.6g



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Den **Schinken** mit den Fingern in mundgerechte, nicht zu kleine Stücke zupfen.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher oder einer Tasse ca. **100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



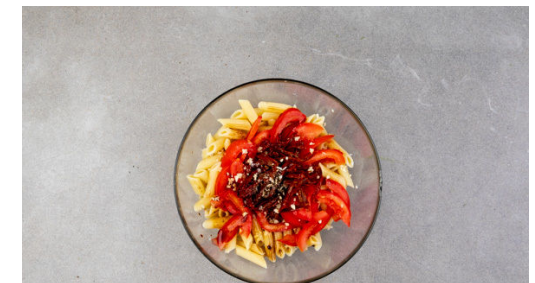
Die **Tomaten** vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in dünne Streifen schneiden. Die **getrockneten Tomaten** ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Chilischote** in feine Ringe schneiden. **Tipp:** Für weniger Schärfe die Kerne entfernen.



Den **Rucola** ggf. verlesen und den unteren Teil der Stiele abschneiden. Den **Käse** mit einem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden.



1EL Senf und 1TL Honig mit 2EL Olivenöl,
1EL Balsamicoessig und 1-2EL Wasser zu
einem **Dressing** verrühren und mit Salz und
Pfeffer abschmecken.



Die **Pasta** mit den **Tomaten**, den **getrockneten Tomaten**, dem **Rucola**, dem **Knoblauch** und dem **Dressing** vermengen, dabei nach Bedarf **Pastawasser** hinzugeben, bis alles gut vermischt ist. Den **Salat** mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem **Schinken**, den **Lauchzwiebeln**, dem **Käse** sowie **Chilischote nach Geschmack** garnieren und servieren.