MARLEY SPOON

Rucola-Pasta-Salat mit Serrano

und getrockneten Tomaten

20-30min 4 Portionen

¡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.

Was du von uns bekommst

- 400g Bio-Penne [2]
- 2 Pck. Serranoschinken
- 5 Tomaten
- 1 Pck. getrocknete Tomaten
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Thai-Chilischote
- 100g Rucola
- 2 Stückchen Hartkäse [1,3]

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Senf [4]
- 2TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig [5]

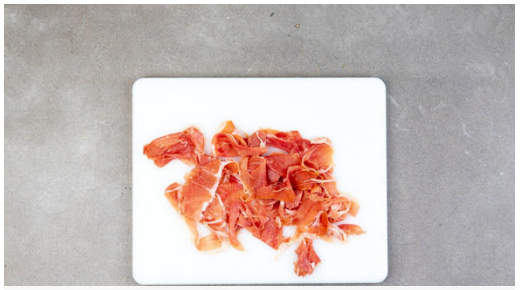
Küchenutensilien

- großer Topf
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene
Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Senf (4), Schwefeldioxid und Sulphite (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion
Energie 651kcal, Fett 22.6g, Kohlenhydrate 85.0g, Eiweiß 26.8g



1. Schinken vorbereiten

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

2. Pasta kochen

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.

3. Gemüse schneiden

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

4. Rucola vorbereiten

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

5. Dressing zubereiten

2EL Senf und 2TL Honig mit 3EL Olivenöl, 2EL Balsamicoessig und ggf. 1–2EL Wasser zu einem **Dressing** verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Salat fertigstellen

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 der **Chilischote nach Geschmack** garnieren und servieren.