



Fruchtiger Pasta-Salat

mit Pfirsich und Trakaja-Käse



20-30min



2 Personen

Endlich wird es Sommer! Der bringt so richtig Farbe auf den Teller: Wir mischen einen kunterbunten Salat aus Risoni-Nudeln mit knackig, süßen Pfirsichen, saftiger Gurke und gerösteten Mandelblättchen. Zum Schluss bröseln wir noch eine handvoll würzigen Hirtenkäse drüber und schon kann es losgehen.

Was du von uns bekommst

- Landgurke
- Lauchzwiebel
- Knoblauchzehe
- Trakaja Käse Feta Art
- Pfirsich
- frischer Basilikum
- Risoni-Nudeln¹
- Mandelblättchen

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Pfanne
- Kochtopf
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 750kcal, Fett 32.6g, Kohlenhydrate 82.7g, Eiweiß 27.6g



1. Gemüse vorbereiten

In einem mittleren Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Knoblauch** schälen und mit den **Lauchzwiebeln** in dünne Scheiben schneiden. Die **Gurke** schälen und in ca. 1cm kleine Würfel schneiden.



4. Salat zubereiten

In derselben Pfanne 1EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen und den **Knoblauch** und die **Lauchzwiebeln** darin ca. 2-3Min. anrösten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Nudeln**, die **Gurken** und die **Mandeln** hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Nudeln kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Nudeln** darin für ca. 8Min. bissfest kochen. Dann Nudeln durch ein Sieb abgießen, unter kaltem, fließendem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.



5. Salsa zubereiten

Die **Pfirsiche** halbieren, den Stein entfernen und die Hälften in Scheiben schneiden. Wenn die **Pfirsiche** noch etwas hart sind, die Scheiben mit ein bis zwei Prisen Zucker bestreuen und für ca. 5min. ziehen lassen. Den **Basilikum** von den Stängeln zupfen und grob hacken.



3. Mandeln rösten

In einer großen Pfanne die **Mandeln** ohne Öl 1-2Min. goldbraun rösten und aus der Pfanne nehmen.



6. Salsa mischen

Den **Käse** zerkrümeln und mit dem **Pfirsich** und dem **Basilikum** sowie 1EL Olivenöl vermischen. Über dem angerichteten **Nudel-Salat** servieren.