

CREMIGER SOMMER- SALAT

mit
Butterkäse
Portion

VORSPESIE
HAUPTSPESIE

ZUTATEN

Für 4-5 Personen:

- 1 Packung Nudeln eurer Wahl (hier gern auch farbige oder Motiv-Nudeln verwenden)
- 1 Packung Heinrichsthaler Portionskäse, z.B. Elbländer nussig (mit Bockshornklee)
- 150 g Cherry-Tomaten oder 2 – 3 Tomaten
- 3 – 4 Mini-Paprikas oder 1 große Paprika
- 4 – 5 frische Champignons
- 3 – 4 Möhren
- 1 Gurke
- 2 – 3 Frühlingszwiebeln

Dressing:

- 150 ml griechischer Joghurt oder Naturjoghurt
- 3 – 4 EL Olivenöl
- 1 EL mittelscharfer Senf
- Pfeffer und Salz

ZUBEREITUNG

ca. 40 min

Guten
Appetit!

ZUBEREITUNG

Nudelwasser aufsetzen und erst salzen, wenn es kocht. Nun die Nudeln in das Wasser geben und entsprechend der Anleitung kochen. Die fertigen Nudeln in ein Sieb abgießen und kurz abkühlen lassen.

Während die Nudeln kochen und abkühlen, das Gemüse gründlich waschen und putzen. Die Paprika entkernen und zusammen mit den Champignons, Tomaten und der Gurke würfeln. Die Frühlingszwiebeln und Möhren in dünne Scheiben schneiden.

Es folgt das Highlight: der Käse! Die Käseportion zunächst in etwa 0,7 cm dicke Scheiben und anschließend in Würfel schneiden. Jetzt alles in eine große Schüssel geben.

Das Dressing bereitet ihr wie folgt zu:

Den Joghurt (je mehr Joghurt, desto frischer und cremiger wird das Ergebnis) mit dem Öl und Senf gründlich vermengen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Jetzt das Dressing zu dem bunten Gemüsemix geben und umrühren.

Damit der Salat seinen vollen Geschmack entfaltet, sollte er noch 2 bis 3 Stunden ziehen. Dafür den Nudelsalat kühl lagern. Im Sommer empfiehlt sich eine Stunde im Kühlschrank.

Tipp:

Bei den Zutaten und auch bei der Intensität des Dressings könnt ihr, je nach Geschmack, Senf hinzufügen oder etwas Süße (Agavendicksaft oder Honig). Lasst euch einfach von euren Geschmacksvorlieben leiten.

Jetzt kann das Sommerfest beginnen!