

Farfalle-Nudelsalat

Zutaten für 4 Portionen:

250 g Farfalle (Schleifchennudeln)
1 EL Salz
250 g Cocktailtomaten, rot
1 gelbe Paprikaschote
1 Dose Gemüsemais "super sweet"
(150 g, 140 g Abtropfgewicht)
1 EL Schnittlauchröllchen
1 EL gezupfte Basilikumblättchen
1 EL gehackte Blattpetersilie
8 grüne Oliven mit Mandelkern gefüllt

Für das Dressing :

1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 EL Balsamico bianco (Mazzetti)
3 EL Olivenöl extra
Meersalz
2 EL Zitronensaft

Zubereitung:

Für den Farfalle-Nudelsalat reichlich (2 Liter) Wasser zum Kochen bringen, 1 EL Salz hinein geben, die Farfalle zugeben und nach Packungsangabe (9 Minuten) bissfest kochen.

Inzwischen für das Dressing die rote Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Die Knoblauchzehe abziehen und ebenfalls fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch in einer Glasschüssel mit Essig, Öl und Zitronensaft verrühren und mit Meersalz würzen.

Die gelbe Paprikaschote mit dem Sparschäler so weit möglich schälen. Den Stielansatz und die Kerne entfernen und das Paprikafruchtfleisch in etwa 1 cm große Stücke schneiden. In eine große Schüssel geben. Die Cocktailtomaten vierteln und zu dem Paprika geben. Die Maiskörner aus der Dose ebenfalls dazu geben. Die grünen Oliven quer in schmale Ringe schneiden und ebenfalls dazu geben. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und mit der gehackten Petersilie und den gezupften Basilikumblättchen zum Salat geben und das Ganze mit dem Dressing beträufeln. ©www.kochbaeren.de

Die bissfest gegarten Farfalle abgießen und lauwarm mit den anderen Zutaten vermischen.

Wir haben den Farfalle-Nudelsalat noch mit einem Garnelen-Melonen-Spieß garniert.

Guten Appetit wünschen die Aalener Kochbären.

Tipp: Wenn Sie den „Mini-Basilikum“ (Kleinblättriger Basilikum) verwenden, brauchen Sie die Blättchen nur abzupfen und nicht weiter zerkleinern.

