



Bunter Nudelsalat mit Wiener Würstchen

Zeit gesamt
30minZubereitungszeit
30minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Karotten	4 St.
Kohlrabi	1 St.
Fusilli	500 g
Öl	4 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Wiener Würstchen	8 St.
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Petersilie, frisch	20 g
Zucker	1 EL
Essig	2 EL
Joghurt, natur	150 g
Senf	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, großer Topf, große Pfanne, Sieb

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zum Kochen bringen. Karotten und Kohlrabi waschen, schälen und klein würfeln.
2. Nudeln im siedenden Salzwasser ca. 10 Min. al dente kochen. Anschließend in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben, mit 2 EL Öl vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. In der Zwischenzeit in einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen, Gemüsewürfel ca. 3 Min. anbraten, mit 200 ml Wasser aufgießen, salzen und zugedeckt ca. 10 Min. auf niedriger Stufe dünsten.
4. In einem Topf ca. 2 l Wasser aufkochen, Würstchen hinzugeben, vom Herd nehmen und zugedeckt bis zum Anrichten stehen lassen.
5. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und in feine Ringe schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.
6. Frühlingszwiebeln zum Gemüse geben, ca. 1 Min. aufkochen und vom Herd nehmen. Gemüse mit Zucker, Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Joghurt, Senf und Petersilie unterrühren und Gemüse mit Nudeln vermischen.
7. Würstchen aus dem Wasser holen, bunten Nudelsalat abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Bockwürstchen oder Wiener Würstchen solltest du niemals im kochenden Wasser erhitzen, da sie sonst platzen. Die Temperatur sollte ca. 80 °C betragen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	927 kcal
Kohlenhydrate	116 g
Eiweiß	32 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	38 g