



Bunter Nudelsalat mit Wiener Würstchen

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
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, Gemüswürfel 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: Bockwurstchen oder Wiener Wurstchen 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