



Einfacher Nudelsalat mit Farfalle

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Farfalle	500 g
Erbsen, tiefgefroren	100 g
Salatgurken	1 St.
Paprika, rot	1 St.
Fleischwurst am Stück	0.5 St.
Mais aus der Dose	200 g
Frischkäse, natur	200 g
Ketchup	2 EL
Essig	2 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Farfalle im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. garen. Nach ca. 7 Min. Erbsen zugeben. Alles zusammen in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Gurke waschen, längs sechsteln und in Scheiben schneiden. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und würfeln. Fleischwurst würfeln. Mais in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
3. In einer Schüssel Frischkäse mit Ketchup, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Alles zum Dressing geben und Nudelsalat vermengen. Nudelsalat mit Farfalle abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	790 kcal
Kohlenhydrate	110 g
Eiweiß	33 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	23 g