





Nudelsalat mit grünem Spargel und Aprikosen



 Zeit gesamt
35min

 Zubereitungszeit
35min

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz

grüner Spargel 1 Bund

Farfalle 500 g

Mozzarella 1 St.

Olivenöl 6 EL

Balsamicoessig, hell 3 EL

Senf 1 TL

Aprikosenkonfitüre 1 EL

Pfeffer, schwarz

Aprikosen 250 g

Basilikum, frisch 20 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf, Sieb

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zum Kochen bringen. Spargel waschen, im unteren Drittel schälen, Enden abschneiden. Stangen in 4–5 cm lange Stücke schneiden.
2. Nudeln in kochendem Salzwasser ca. 9–11 Min. bissfest garen, Spargel die letzten ca. 5 Min. mitgaren. Abgießen und abtropfen lassen.
3. Mozzarella abtropfen lassen und zerzupfen. In einer Schüssel Öl, Essig, Senf, Aprikosenkonfitüre, Salz und Pfeffer verrühren. Nudeln, Spargel und Mozzarella unter das Dressing heben.
4. Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen, Fruchtfleisch in feine Spalten schneiden. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.
5. Basilikum und Aprikosen unter den Nudelsalat heben, auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 673 kcal

Kohlenhydrate 102 g

Eiweiß 24 g

Ballaststoffe 2 g

Fette 19 g
