



# Schneller Nudelsalat

Zeit gesamt  
20min

Zubereitungszeit  
20min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Fusilli 500 g

Cherrytomaten mix 300 g

Babypinac 100 g

Mais aus der Dose 200 g

Mayonnaise 3 EL

Öl 3 EL

Essig 4 EL

Pfeffer, schwarz

## Zubereitung

 Küchenutensilien

große Schüssel, großer Topf mit Deckel, Sieb

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Fusilli im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. Nudeln in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Tomaten waschen und halbieren. Spinat waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Mais ebenfalls in das Sieb geben.
3. In einer Schüssel 3 EL Mayonnaise mit 3 EL Öl, 4 EL Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Alles mit dem Dressing vermengen und schnellen Nudelsalat abschmecken.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 629 kcal

Kohlenhydrate 97 g

Eiweiß 17 g

Ballaststoffe 1 g

Fette 18 g