

Nudelsalat Tricolore

Description

(für 4 Portionen)

Zutaten:

1 große Aubergine

4 TL grobes Meersalz

3 rote Paprika

2 mittelgroße Zucchini

2 Fleischtomaten

400 g Mozzarella

½ Bund Petersilie

500 g bunte Tortellini

Salz, Pfeffer

125 ml Olivenöl

Zubereitung:

1. Die Aubergine in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden, auf eine Platte legen, mit Meersalz bestreuen, abdecken und mit einem Gewicht beschwert 1 Std. ziehen lassen. Anschließend abspülen und trocknen. Die Scheiben unter dem Grill ca. 4 min. garen.
2. Die Paprika und Zucchini in Streifen schneiden. Tomaten und Käse in Würfel schneiden. Petersilie fein hacken.
3. Die Nudeln kochen, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Abkühlen lassen.
4. Die gegarten Auberginescheiben halbieren und mit dem restlichen Gemüse und dem Mozzarella vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie unterheben und die Mischung mit dem Olivenöl beträufeln. Die Nudeln unterheben und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 min. (plus Ruhezeit und Zeit zum Auskühlen)

Pro Portion ca.: 543 kcal/2275 kJ, 47 g E, 24 g F, 33 g KH

Category

1. Salat

Date Created

Juni 15, 2017

Author

jeanny

default watermark