



WÄ¼rziger Nudelsalat mit Erbsen

Description



300 g Nudeln (z. B. HÄ¼rrennudeln)
200 g TK-Erbsen
4 GewÄ¼rzgurken
300 g Fleischwurst, am Ring
3 EL Salatmayonnaise
200 g saure Sahne
1 EL Senf
Salz, Pfeffer
2 EL Petersilie, gehackt

Und so wirdâ??s gemacht:

Gesalzenes Wasser in einem groÃ?en Topf aufkochen und die Pasta nach Packungsanleitung al dente kochen. AnschlieÃ?end abgieÃ?en, abschrecken und vollstÄ¼ndig auskÄ¼hlen lassen.

In der Zwischenzeit die gefrorenen Erbsen in 100 ml leicht gesalzenes, kochendes Wasser geben. Hitze reduzieren und die Erbsen fÄ¼nf Minuten garen lassen. Dann abgieÃ?en und verbliebene FlÄ¼ssigkeit auffangen.

Fleischwurst in mundgerechte WÄ¼rfel schneiden, GewÄ¼rzgurken grob hacken. Beides gemeinsam mit den Erbsen in eine groÄe SalatschÄ¼ssel geben. Die mittlerweile kalten Nudeln hinzufÄ¼gen.

In einem Messbecher das Dressing anrÄ¼hren. DafÄ¼r das Erbsenwasser, Mayonnaise, die saure Sahne und den Senf ordentlich miteinander vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken â?? dann das Ganze mit den Zutaten in der SalatschÄ¼ssel vermischen â?? fertig!

Pro Portion etwa: 635 kcal, 30 g Fett, 60 g Kohlenhydrate, 28 g EiweiÄ
Zubereitungszeit: 50 Minuten

Category

1. Salat

Date Created

Juni 17, 2017

Author

jeanny

default watermark