



3

Nudelsalat mit Brombeeren, Ziegenkäse und Avocadocreme



Zubereitungszeit
20 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Penne kochen und abkühlen lassen. Radieschen und halbe Avocado in Scheiben, Gurke in halbe Scheiben schneiden. Ziegenkäsebällchen formen und in Sesamsamen wälzen. Restliche Avocado stampfen, mit Zitronensaft mischen und würzen. Penne mit Salat, Gemüse, Käsebällchen und Brombeeren anrichten. Mit Avocado-creme und Minze garnieren.

Zutaten

- ☐ 50 g PS. penne
- ☐ 50 g Ziegenkäse
- ☐ 75 g Brombeeren
- ☐ 100 g Gurke
- ☐ 50 g Radieschen
- ☐ 50 g gemischter Salat
- ☐ ½ Avocado
- ☐ 1 EL Sesamsamen
- ☐ 1 TL Zitronensaft
- ☐ 2 g frische Minze
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

Nährwerte pro Person

Energie	482 kcal
Kohlenhydrate	22 g
Fett	25 g
Ballaststoffe	21 g
Eiweiß	27 g