

2B

Vegetarisch

Nudelsalat mit Mozzarella, Tomate und Zucchini



Zubereitungszeit
20 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Die Fusilli gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten und die Brühe zum kochenden Wasser hinzufügen. ½ EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchinischeiben auf beiden Seiten goldbraun braten. Mit etwas Pfeffer, Salz und Italienischen Kräutern würzen. Die Fusilli abgießen und das Pesto einrühren. Dann mit Zucchini, Tomaten, gemischtem Salat und Mozzarella vermengen. Mit dem restlichen Olivenöl, etwas Pfeffer und Salz und Italienischen Kräutern abschließen.

Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle fusilli
- ☐ 90-100 g Mozzarella light (Kugeln oder Stücke)
- ☐ 100 g Zucchini in Scheiben
- ☐ 7 Kirschtomaten, halbiert
- ☐ Handvoll gemischter Salat
- ☐ 1 EL Olivenöl
- ☐ 2 TL (frisches) Pesto
- ☐ 1 TL Kräuterbrühe
- ☐ Italienische Kräuter
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

Nährwerte pro Person

Energie	439 kcal
Kohlenhydrate	10 g
Fett	23 g
Eiweiß	39 g