



Das regionale Hofzeit Kistl

Nudelsalat

mit Räucherfisch



Zubereitung: Ein sommerlicher Nudelsalat mit Räucherfisch

1. Pasta wie gewohnt abkochen.
2. Zwiebeln klein schneiden und im Öl anbraten. Zucchini würfeln und mit anbraten. Die Tomaten halbieren und hinzufügen. Kurz anrösten, bis alle schön weich sind. Abkühlen lassen.
3. Den Spinat klein schneiden, bei Jungspinat ist es nicht notwendig. Die Kräuter klein schneiden und den Fisch in kleine Stücke zerteilen. Die Pasta abseihen, mit Öl vermischen und abkühlen lassen.
4. Mische nun alle Zutaten zusammen, füge nach Belieben Balsamico hinzu. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Falls du den Nudelsalat nicht sofort isst, sondern mitnimmst, einfach die Kräuter und den Spinat/Rucola obendrauf drapieren und erst später unterrühren. Wenn der Salat recht lange transportiert wird, kannst du Kräuter/Spinat/Rucola auch in einem kühlen, feuchten Baumwollsäckchen transportieren und kurz vor dem Verzehr klein schneiden und untermischen.

Menge:	Zutaten:
350g	Dinkellocken
350g	Kirschtomaten
1 kleine	Zucchini
1 Bund	Schnittlauch
1 große	Zwiebel
60g	Spinat od. Rucola
ca.100g	geräuchertes Welsfilet
6-7 EL	Balsamico
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

