Nudelsalat mit Chinakohl

Salate » Nudel-Salate

Zutaten (4 Personen)

» 250g Muschelnudeln
» Salz & Pfeffer
» 200g Kochschinken
» 200g Emmentaler
» 150g Chinakohl
» 2 Tomate(n)
» 2 EL geh. Petersilie
» 150g Crème fraîche
» 2 EL Schlagsahne
» 2 EL Zitronensaft
» 1 TL Senf
» 2 EL Weißwein

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Für den Salat 2l Wasser mit Salz zum Kochen bringen. Nudeln darin nach Packungsanweisung bissfest garen, anschließend abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Schinken zunächst in Scheiben, dann wie den Käse in Streifen schneiden.

2. Chinakohl putzen, waschen und gründlich abtropfen lassen. Drei Blätter zum Garnieren beiseite legen, übrige in Streifen teilen. Tomaten kreuzweise einritzen, kurz in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken, häuten, vierteln entkernen. Das Fruchtfleisch in breite Spalten schneiden.

3. Für das Dressing die Petersilie abbrausen und trockenschütteln. Die Blättchen von den Zweigen zupfen, einige in feine Streifen schneiden und zum Garnieren beiseite legen. Den Rest fein hacken. Crème fraîche mit Sahne, Zitronensaft, Senf, Wein sowie der gehackten Petersilie verrühren. Soße mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken und mit den vorbereiteten Salatzutaten mischen. Die beiseite gelegten Kohlblätter in einer Schüssel anrichten, Salat darauf geben und mit den Petersilienstreifen bestreut servieren.

Nährwerte: 670kcal/E34g/F36g/KH47g pro Portion

angelegt am: 31.08.2004 Rezept-Nr: 1267

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke