

Speck-Nudel-Salat

Salate » Nudel-Salate

Zutaten (6 Personen)

- » 375g Farfalle
- » 2 rote Zwiebel(n)
- » 200g Cocktailtomaten
- » 150g Rucola
- » 100g Frühstücksspeck
- » 50g Parmesan
- » 6 EL heller Balsamico Essig
- » 8 EL Olivenöl
- » 1 TL Senf
- » Salz & Pfeffer

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

91-120min

Zubereitung

1. Farfalle in Salzwasser bißfest kochen, abschrecken, abkühlen lassen. Zwiebeln abziehen, in Streifen schneiden. Tomaten und Rucola putzen, waschen. Tomaten halbieren, Rucola in Stücke zupfen. Bacon in Stücke schneiden, in einer Pfanne knusprig braten. Parmesan hobeln.

2. Essig, Öl, Senf, Salz und Pfeffer verrühren. Nudeln, Rucola, Zwiebeln und Tomaten in einer Schüssel anrichten. Die Soße darüber gießen und vorsichtig mischen. Zum Schluß den Speck und den Käse über den Salat verteilen und noch eine Stunde durchziehen lassen.

Nährwerte: 530kcal/E14g/F30g/KH48g pro Portion

angelegt am: 02.07.2006

Rezept-Nr: 2105

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke