

DINKELNUDELSALAT MIT CHILI DRESSING (vegan)

MITTAGESSEN



ZUTATEN (4 PORTIONEN)

500 g Dinkelnudel
100 g Edamame (tiefgekühlt)
500 g Cocktailtomaten
1 große Karotten
1 große Zucchini
1 rote Zwiebel
1 Stangensellerie
1 gelber Paprika
Olivenöl
milder Apfelessig
Chilisalz
Minze (Dekoration)

Chili Dressing:

1 große rote Paprika
4 Chili Schoten
1 mittelgroßer roter Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone (gepresst)



ZUBEREITUNG (25 Minuten)

Dinkelnudeln nach Anleitung al dente kochen, danach kalt abschrecken und mit etwas Olivenöl und Chilisalz durchmischen. Edamame in Wasser bissfest kochen. Gewaschene Karotten und Zucchini fein reiben. Zwiebel mit Stangensellerie klein häckseln. Gelben Paprika und Cocktailtomaten klein schneiden. Alle Zutaten in eine große Schüssel zusammenmischen und mit Apfelessig, Olivenöl und Chilisalz abschmecken.

Chili Dressing: alle Zutaten fein pürieren und mit dem Nudelsalat gut durchmischen. Den Salat auf Teller anrichten und mit Minze dekorieren.

VIEL SPASS UND GUTEN APPETIT!

Autorin: Andrea Kliment

Mehr Rezepte unter <https://myvitality.at/rezepte/>
Mehr über die Vitaluhr unter <https://myvitality.at/>