1/2 Nudelsalat

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Frühling Sommer



Zutaten

500 G	Spiralnudeln (am liebsten die von der „Kastner´s Hofgreisslerei)
1 STUECK	Kohlrabi
3-4 EL	Olivenöl
4 STUECK	Frühlingszwiebeln
2 KLEINE STUECK	Gurken
2-3 STUECK	Paprika (je nach Größe)
0,5 BUND	Radieschen
1 RISPE	Cherrytomaten
1 KLEINE DOSE	Mais
50 G	gehackte Haselnusskerne

Zubereitung

1. Die Nudeln kochen und mit dem Pesto vermischen.
2. Den Kohlrabi schälen, in feine Würfel schneiden und danach kurz mit Olivenöl anbraten.
3. Frühlingszwiebel, Gurken, Paprika, Radieschen, Cherrytomaten waschen und mundgerecht schneiden.
4. Danach mit den Nudeln, dem Mais und den gehackten Haselnusskeren vermengen.

2/2 Pesto

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Frühling Sommer



Zutaten

1-2	mittelgroße Knoblauchzehen
100 ML	Olivenöl
100 G	Haselnüsse im Ganzen– müssen nicht geschält sein
	Pfeffer & Salz

Zubereitung

1. Kräuter bereitstellen, Knoblauchzehen schälen

   und mit sämtlichen angeführten Zutaten für das Pesto pürieren.

   Bruschetta grüne Olive oder Salsa verde (Stay Spiced) – verleiht dem Ganzen ein sommerlich-frisches Geschmackserlebnis