

Hörnchensalat mit Blattspinat und Schafskäse

Hauptspeise

Nudelgerichte

Picknik-Tipps

Sommer

Vegetarisch

Zubereitung

Schwierigkeit: ● ● ○ ○ ○

Für den sommerlichen Nudelsalat Recheis Vollkorn Hörnchen laut Packungsanleitung bissfest kochen. Tomaten würfeln und Paprika in Scheiben schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze goldgelb anrösten. Knoblauch fein hacken, Basilikum und Rucola grob zerreißen. Die ausgekühlten Vollkorn Hörnchen mit Gemüse, Pinienkernen und Schafskäse vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Apfelessig abschmecken. Mit Basilikum garnieren und sofort genießen.



Zutaten

400 g Recheis Vollkorn Hörnchen gerippt

1 Tomate

1 Paprika

40 g Pinienkerne

½ Knoblauchzehe

etwas Basilikum

120 g Schafskäse, gewürfelt

160 g Blattspinat, jung

40 g Rucola

Salz

Pfeffer

Olivenöl

Apfelessig