3

Nudelsalat mit Avocado, Feta und Oliven

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Fusilli gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten und gut abkühlen lassen. Avocado und schwarze Oliven in Scheiben, die rote Zwiebel in halbe Ringe, den Feta in Würfel schneiden und die Kirschtomaten halbieren. Mit ½ EL Olivenöl in einer Schüssel mischen und mit Chiliflocken, Pfeffer und Salz abschmecken. Die abgekühlten Fusilli unterrühren. Mit dem restlichen Olivenöl besprenkeln.

Zutaten

- [ ] 50 g PS. fusilli
- [ ] 100 g Kirschtomaten
- [ ] 25 g Rucola
- [ ] 20 g schwarze Oliven
- [ ] ½ Avocado
- [ ] ¼ rote Zwiebel
- [ ] 40 g Fetakäse
- [ ] 1 EL extra vergine Olivenöl
- [ ] 1 TL Chiliflocken
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**638 kcal**
Kohlenhydrate	**21 g**
Fett	**44 g**
Ballaststoffe	**24 g**
Eiweiß	**25 g**