



3

Vegetarisch

## Nudelsalat mit Erdbeere und Feta



Zubereitungszeit  
15 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Die Fusilli gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten und abkühlen lassen. Die Erdbeeren vierteln, die Gurke in halbe Scheiben, die rote Zwiebel in halbe Ringe schneiden und den Feta zerbröckeln. Die Fusilli auf einem Teller verteilen und die restlichen Zutaten darüber verteilen. Mit Olivenöl und Balsamicoessig besprenkeln. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

### Zutaten

- ☐ 50 g PS. fusilli
- ☐ 90-100 g Feta light
- ☐ 100 g Erdbeeren
- ☐ 100 g Gurke
- ☐ 30 g Rucola
- ☐ ¼ rote Zwiebel
- ☐ 1 EL extra vergine Olivenöl
- ☐ 1 EL Balsamicoessig
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 454 kcal |
| Kohlenhydrate | 22 g     |
| Fett          | 21 g     |
| Ballaststoffe | 17 g     |
| Eiweiß        | 33 g     |