3

Nudelsalat mit Lachs und Spargel

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Penne gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten und abkühlen lassen. Die rote Zwiebel würfeln und die Radieschen vierteln. Die grünen Spargelspitzen mit dem Olivenöl besprenkeln und mit Pfeffer und Salz würzen. Eine Grillpfanne erhitzen und die Spargel ca. 3-4 Minuten grillen. Die Penne mit dem Frischkäse vermengen und in einer tiefen Schüssel anrichten. Rote Zwiebel, geräucherten Lachs, grüne Spargel und Radieschen darüber verteilen. Mit Dill und einer Zitronenscheibe garnieren.

Zutaten

- [ ] 50 g PS. penne
- [ ] 100 g geräucherter Lachs
- [ ] 100 g grüne Spargelspitzen
- [ ] 100 g Radieschen
- [ ] ¼ rote Zwiebel
- [ ] 1 Zitronenscheibe
- [ ] 1 EL Frischkäse
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] 1 TL Dill
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**507 kcal**
Kohlenhydrate	**21 g**
Fett	**24 g**
Ballaststoffe	**18 g**
Eiweiß	**39 g**