



MEDITERRANER NUDELSALAT

FÜR 1 PERSON

DIESE ZUTATEN GIBT'S BEI UNS

Vorratsglas groß
Nudeln Spiralen
1/2 Glas Kichererbsen
2 EL Olivenöl
1 EL Basamico
2 EL Zitronensaft
1 TL Ahornsirup
Kräuter der Provence
Salz
Pfeffer

DIESE ZUTATEN SIND NOCH ZU BESORGEN

8 kleine Tomaten
1 Mozzarella
2 Hände voll Babyspinat
1 rote Zwiebel

ZUBEREITUNG

- Nudeln kochen und kalt werden lassen.
- Olivenöl, Basamico, Zitronensaft, Ahornsirup, Kräuter, Salz und Pfeffer als Dressing mischen und unten ins Glas füllen.
- Als nächstes kalte Nudeln ins Glas füllen.
- Tomaten, Mozzarella, geschnittene Zwiebeln und ins Glas schichten.
- Kichererbsen und Spinat weiter oben einfüllen.
- Kalt stellen und auf einen Teller umschütten und genießen.

GUTEN APPETIT