



# Nudelsalat mit getrockneten Tomaten, Rucola, Mortadella und Parmesansplittern

## Zubereitung:

1. Die Nudeln nach Packungsanleitung im Salzwasser bissfest kochen, abgießen. Die Tomaten in einem Sieb abtropfen lassen (das Öl auffangen), klein schneiden und in der Pfanne kurz anbraten.
2. Vegetarischen Schinken Spicker Mortadella in feine Streifen schneiden. Die Pinienkerne ebenfalls in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten. Den Rucola waschen und klein schneiden. Knoblauch pellen und durch die Knoblauchpresse drücken.
3. Zum Schluss alles miteinander vermengen, etwas von dem Tomaten-Öl darüber gießen, dann frischen Parmesan darüber raspeln und unterheben. Anschließend noch mit Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken. Wenn man den Salat nicht gleich verzehren möchte, den Rucola erst kurz vor dem Servieren untermischen.

Guten Appetit!

## Zutaten (für 4 Personen):

- 350 g Penne
- Salz
- 200 g in Kräuteröl eingelegte, getrocknete Tomaten
- **200 g Vegetarischer Schinken Spicker Mortadella**
- 50 g Pinienkerne
- 1/2 Schale oder 2 Bund Rucola
- 1 Knoblauchzehe
- etwas Parmesan am Stück
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungszeit:

ca. 15 Minuten

## Nährwert pro Portion:

525 kcal/2.198 kJ

17 g Eiweiß

19 g Fett

71 g Kohlenhydrate