3 Meat

Carpaccio-Mahlzeitsalat mit Fusilli

Zubereitungszeit
20 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Fusilli gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne goldbraun rösten. Das Carpaccio in Stücke, die getrockneten Tomaten in Streifen, die rote Zwiebel in halbe Ringe schneiden und die Kirschtomaten halbieren. Die Fusilli mit der Trüffelmayonnaise vermengen und dann Carpaccio, Rucola, getrocknete Tomaten, Kirschtomaten und rote Zwiebel hinzufügen. Durchrühren. Mit Parmesankäse und Pinienkernen garnieren und mit Olivenöl und Balsamicoessig besprenkeln.

Zutaten

- [ ] 50 g PS. fusilli
- [ ] 50 g Carpaccio
- [ ] 30 g Rucola
- [ ] 100 g Kirschtomaten
- [ ] 20 g getrocknete Tomaten
- [ ] ¼ rote Zwiebel
- [ ] 10 g Pinienkerne
- [ ] 15 g Parmesankäse
- [ ] 1 EL Trüffelmayonnaise
- [ ] 1 EL extra vergine Olivenöl
- [ ] 1 EL Balsamicoessig

Nährwerte pro Person

Energie	**620 kcal**
Kohlenhydrate	**33 g**
Fett	**31 g**
Ballaststoffe	**20 g**
Eiweiß	**39 g**