2B Fish

Nudelsalat mit Makrele

Zubereitungszeit
20 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Penne gemäß der Anleitung auf der Verpackung kochen. Abgießen und das Öl und das Pesto unter die warme Pasta rühren. Oliven, Basilikum und Makrele hinzufügen. Mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Rucola und Gurke darüber verteilen. Die lauwarme Pasta auf einem Teller anrichten.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle penne
- [ ] 40-50 g geräucherte Makrele, in groben Stücken
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] 1 TL rotes Pesto
- [ ] 5 grüne Oliven ohne Kern, in Stücken
- [ ] 5 Blätter frisches Basilikum
- [ ] 50 g Rucola
- [ ] 150 g Gurke, in Streifen

Nährwerte pro Person

Energie	**333 kcal**
Kohlenhydrate	**6 g**
Fett	**21 g**
Eiweiß	**28 g**