



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Nudelsalat mit Joghurtdressing

Yoğurtlu Makarna Salatası



2 Gläser Nudeln
1 Karotte
1 Kartoffel
1 Teeglas Erbsen
3 EL Olivenöl
3 EL Joghurt
1 Teeglas Wasser
1 EL Mayonnaise
5 Knoblauchzehen
1 kl Salz

Karotten und Kartoffel würfelförmig zuschneiden. Wenn frische Erbsen verwendet werden sollen, dann sollten sie in wenig Wasser 10 Minuten gekocht werden.

Später nacheinander Karotten und Kartoffel jeweils mit fünf Minuten abständen hinzugeben. Das Gemüse weich kochen.

Das Kochwasser absieben und mit 3 ½ Gläser Wasser befüllen. Die Nudeln in den Topf geben um es zu kochen.

Den Topf auf den Herd stellen und 3 Esslöffel Olivenöl und ½ Kaffeelöffel Salz einfüllen und kochen.

Nudeln hinzugeben und ab und an umrührend 12-13 Minuten die Nudel kochen.

Nach dieser Zeit ist das ganze Wasser verdampft.

Die Nudeln vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Währenddessen Joghurt, Mayonnaise, ½ Kaffeelöffel Salz, gestampfter Knoblauch und ein Teeglas Wasser mit dem Schneebesen schlagen.

In eine tiefe Schale das abgekühlte Gemüse, Nudeln und die Joghurtmischung einfüllen und vermischen.

Den Salat kann man eine halbe Stunde nach dem es zubereitet ist serviert werden.

Tipp: In den Nudelsalat mit Joghurtdressing kann man auch gekochte Maiskörner, Mixpickel und Spitzpaprika hinzugeben werden.